ओ३म्

कोष्ठबद्धता

लेखक



कविविनोद वैद्यभूषण पण्डित

ठाकुरदत्त शर्मा वैद्य ।

कोष्ठबद्धता

जिसमें

उसके कारण, निदान, और चिकित्सा का पूरा
वर्णन है, और सामान्य, सतत तथा पुरानी
कोष्ठबद्धता आदि का सविस्तर वर्णन
बहुत ही उत्तम रीति से
किया गया है।

जिसको

कविविनोद वै० भू० पं० ठाकुरदत्त शर्म्मा वैद्य
मालिक
'अमृतधारा' औषधालय तथा सम्पादक
वैद्यकपत्र 'देशोपकारक' और अनेक
वैद्यक पुस्तकों के रचयिता ने लिखा

और

देशोपकारक औषधालय के कार्य कर्त्ताओं ने
छपवा कर प्रकाशित किया।

औषधि या पुस्तक के मिलने के वास्ते पत्र तथा तार
का पता केवल इतना है:—
"अमृतधारा" लाहौर।

बाबू बासुदेव के प्रबन्ध से अमृत प्रेस, अमृतधारा लाहौर में छपी।

कापी १०००] ८—१९२४ [मूल्य ।।।)॥

पाठकगण !

आप जिस प्रेम से मेरी रचित पुस्तकों को खरीदते, पढ़ते, और उनका आदर करते हैं, उसके लिए जितना आप को धन्यवाद दूं थोड़ा है, जब पहिले पहिल मैंने इस कार्य्य को हाथ में लिया था, और प्रत्येक विषय पर छोटी २ परन्तु सम्पूर्ण आवश्यक बातों से पूर्ण पुस्तकों को लिखना आरम्भ किया था, तो मुझे सन्देह था, कि पबलिक मेरी सेवा स्वीकार करेगी या नहीं? परन्तु मैं प्रसन्न हूं, कि मेरी आशाओं से बढ़कर आदर किया गया है, और अब पाठक मुझको लिखते रहते हैं, कि अमुक विषय पर एक पुस्तक लिखिए, और अमुक पर भी लिखिए, मेरे पास समय बहुत ही कम है, सप्ताह भर में केवल २ घण्टा पुस्तक लिखने की बारी आती है, नहीं तो प्रति मास एक पुस्तक निकालूं, और पाठकों की इच्छा पूरी करूं, जितना सम्भव है कर रहा हूं, और शीघ्र ही कुछ पुस्तकें पाठकों के भेंट होने वाली हैं।

यह पुस्तक कोष्ठबद्धता

जो आप के हाथों में है. देशोपकारक के एक लेख की अक्षर प्रत्यक्षर नकल है। एक सज्जन का पत्र आने पर, कि कोष्ठबद्धता से बड़ा दुःख है, मैंने संक्षिप्त रूप से इस लेख को लिखा था, फिर मुझे इसके पढ़ने या बढ़ाने का अवसर नहीं मिला। परन्तु लोगों ने इस लेख को पसन्द किया था, अतः मैंने पुस्तकाकार में छाप कर पाठकों के भेंट किया है। आशा है, आप भी इसको पसन्द करेंगे। पुनरावृत्ति में वृद्धि का ध्यान है।

ठाकुरदत्त शर्म्मा वैद्य, लाहौर।

द्वितीय आवृत्ति।

यह पुस्तक दूसरी बार छप कर अब आप के हाथों में है। बढ़ाने का अवसर नहीं मिला, परन्तु स्पष्ट अवश्य कर दिया है!

ठाकुरदत्त शर्म्मा वैद्य, लाहौर।

कोष्ठ बद्धता ।

(क़बज़)

कबज़ शब्द यों तो साधारण है । बालग्रह, विशूचिका, क्षयी, ज्वर, परिणामशूल आदि कठिन रोगों के नाम जब मुख पर आते हैं, तो साथ ही उनकी भयंकरता का ध्यान आ ाता है, परन्तु कोष्ठबद्धता का शब्द कोई इस प्रकार की भयंकरता के विचार को उत्पन्न नहीं करता है, यद्यपि सत्य यही है कि कोष्ठबद्धता ही इन सब रोगों का मूल है । कोष्ठबद्धता को रोगों की माता कहा जाता है । ज्यों २ विद्या बढ़ती है, तजरुबे होते जाते हैं, प्रायः इस ओर को ही सम्पूर्ण तत्ववेत्ताओं का झुकाव देखा जाता है, और यदि कोष्ठ-बद्धता न होने पावे, तो निश्चय रोग भी बहुत कम होंगे । आप किसी सतत रोगी को देखें, चाहे वह बाह्य रूपसे किसी अन्य कठिन रोग का नाम ले, परन्तु चिरस्थाई कबज उसे अवश्य होगी । ८० प्रति सैकड़ा रोगियों में कोष्ठबद्धता देखी जाती है । डाक्टर अनु-सन्धान कर रहे हैं, कि प्रत्येक रोग के कीटाणु जर्म्ज हैं, और उन्हीं से वह रोग उत्पन्न होते हैं, कीटाणु रोग का बीज है । परन्तु मैं पूछता हूं, कि यदि मनुष्य का भीतर साफ हो, और उसके अन्दर मैल न हो, तो क्या वह कीटाणु भीतर जाते ही न मर जावेंगे ? डाक्टर शरमैन विग साहिब लिखते हैं:--

"प्रति दिन सर्व साधारण और डाक्टर, इन रोगों के कारण, रोग जन्तुओं को, अच्छी तरह जान रहे हैं, परन्तु कीटाणु बिना उचित भूमि (कि जिस के भीतर उन को बढ़ना चाहिए) के शीघ्र मर जायेंगे । कोष्ठबद्धता बड़ा भारी कारण है, जो भूमि को कीटा-णुओं को बढ़ने योग्य बनाता है और तब ही मनुष्य रोगों के पञ्जे में पड़ता है । कीटाणु आक्रमण-कारी हैं, और शरीर किला है, इस किले के विरुद्ध, सम्पूर्ण बाह्य उद्योग निष्फल हो जाते हैं, अब तक

कि उस में कोई निर्बलता न हो । कुछ परवाह नहीं, चाहे जर्म, कठिन प्रकार का फोड़ा, क्षई, और किसी सांसार्गिक रोग का हो, जब तक शरीर दृढ़ है, भय नहीं है । सम्पूर्ण हकीम कीटाणुओं को नष्ट करने की चेष्टा करते हैं, परन्तु वास्तव में मनुष्य को अपने किले को दृढ़ करना आवश्यक है । मैं नहीं कहता कि इस मानुषी शरीर के दुर्ग में कोष्ठबद्धता और केवल कोष्ठबद्धता ही एक निर्बलता है, परन्तु यह सत्य है कि कोष्ठबद्धता बहुत ही बड़ी निर्बलता है ।

डाक्टर लुईकोहनी साहिब ने इस से भी अधिक इस विषय को साफ किया है, वह लिखता है—कि निरन्तर कोष्ठबद्धता के कारण जब अप्राकृत दोष शरीर के भीतर संग्रह होता है, तो उस से दुर्गन्ध उत्पन्न होती है, और यह स्पष्ट है कि दुर्गन्ध से सदैव कीटाणु उत्पन्न हुआ करते हैं । वह लिखता है:—

"ज्योंही कि इस माद्दा में जो कि पेंडू में जमा हो गया है, जोश आना आरम्भ होता है, शरीर में अपने आप ही वैसलाई (जर्म्ज) उत्पन्न हो जाती हैं, जोश व दुर्गन्ध से उन की उत्पत्ति है, और जब कि जोश व दुर्गन्ध बंद हो जाती है, और शरीर नीरोग हो जाता है, वह इसी प्रकार अपने आप लोप भी हो जाते हैं । अतः यह कहना कि शरीर में विना अप्राकृत मल की वर्तमानता के वैसलाई के द्वारा किसी गुप्त रूप से रोग उड़ कर लगता है व्यर्थ है, प्रश्न यह नहीं कि वैसलाई को क्यों मारा जाए, वरन् प्रश्न यह है, कि जोश व दुर्गन्ध के कारण को (अर्थात् मवाद फसाद को) क्यों कर दूर किया जाए ।

उक्त डाक्टर फिर एक जगह कई पृष्ठों के भीतर समझाते हुए लिखते हैं,—" पूरे स्वस्थ मनुष्य अर्थात् वह मनुष्य कि जिनके शरीर अप्राकृतमाद्दह से भरे नहीं हैं, छूत के द्वारा कोई रोग प्राप्त नहीं कर सकते चाहे वह कितनी ही वैसलाई, वैक्टेरिया, माईक्रोबस, रोग जन्तु श्वास द्वारा या मुख द्वारा खा क्यों न जावें" । इस विषय को वह इस परिणाम पर समाप्त करता है, सांसर्गिक रोग,

छूत लगने की दशा में, एक मनुष्य से दूसरे मनुष्य में सड़े हुए मादा के द्वारा साधारण वायु से पहुँचते हैं, परन्तु इस दूसरे मनुष्य के शरीर में (foreign matter) की वर्तमानता के बिना छूत का लगना असम्भव है, क्योंकि रोग केवल इस मादा के सड़ने से उत्पन्न होता है। इस बात को स्पष्ट कर देना चाहता हूं, कि यद्यपि कोष्ठबद्धता इस सड़ांध के कारण जो इस से उत्पन्न होता है, शरीर को खराब कर देती है, परन्तु किसी रोग की दशा में केवल कोष्ठबद्धता को दूर कर देना ही उस का इलाज नहीं है, वरन् बाज अवस्थाओं में कोष्ठबद्धता हानि पहुंचा सकती है। कोष्ठबद्धता न होने देना-दूषित मल से अपने शरीर को शुद्ध रखना सर्व रोगों से बचाता है। और जब कोई कहे कि कोष्ठबद्धता रोगों की माता है तो उसका यही मतलब होता है, जो लोग अपनी अंतड़ियों को साफ रखते हैं, या यह कहो कि जिन के घर (शरीर) की मोरी (बड़ी आंत) साफ रहती है, और उस में कभी दुर्गंध नहीं होती प्रायः वहां रोगों के कीटाणु उत्पन्न नहीं होते हैं, परन्तु साथ ही इस बात को जानना चाहिए कि यदि किसी घर की मोरी वर्षों से साफ नहीं है, और उस के कारण कोई कीटाणु उत्पन्न हो कर घर में फैल गए हैं, तो उन को पृथक रूप से दूर करना अपना कर्तव्य है, उन के वास्ते पृथक इलाज किया जावेगा, चाहे हम आग जलावें, चाहे किसी सुगंधित वस्तु से उन को मारें, अथवा जो कुछ भी करें। उस समय प्रायः ऐसा हो सकता है कि जब तक वह फैले हुए कीटाणु दूर न हो जावें, हम इस गंदी मोरी को न छेड़ें, इस दशा में जब कि खतरा हो, उस के छेड़ने से दुर्गंध आदि निकलेगी, वह कीटाणुओं की उत्पत्ति का हेतु होगी, ज्यों ही वह कीटाणु दूर हो जावें या कम हो जावें हम दुर्गंध को साफ करेंगे और इस से दुर्गंध आदि के पुनः फैलने की भी रुकावट रखेंगे। मैं इस बात को बड़ी मोटी बात समझता हूं॥

एक मनुष्य को मल ज्वर है, मल ज्वर उस ज्वर को कहते हैं जो मल के कारण उत्पन्न होता है, अर्थात् कोष्ठबद्धता ही उसका बड़ा कारण है, और होता भी सीधा कारण है, तथापि

तुरन्त उस में यदि विरेचन देकर बद्धता को दूर किया जावे, तो प्रायः ज्वर की वृद्धि हो जाती है और चिरकाल तक पीछा नहीं छोड़ता यदि ज्वर बहुत साधारण सा है, तो दूर भी हो सकता है, चतुर वैद्य ज्वर को पहिले दूर या कम करता है, और पश्चात् बद्धता को खोल कर इस मैल को दूर करता है। और एक उदाहरण इस को अधिक स्पष्ट कर देगा।

हिक्का, मतली, आदि से या साधारण प्रतिश्याय से खांसी हो जाती है, कास से श्वास हो सकता है, और उस के आगे क्षई रोग हो जाता है। वास्तव में एक मनुष्य, जिसे ऐसा हुआ, यदि प्रतिश्याय या हिक्का, या मतली, आदि साधारण रोग का इलाज ठीक तौर पर कर लेता, तो उसे क्षई रोग न होता, परन्तु जब क्षई हो गया है, उस समय केवल हिक्का या प्रतिश्याय का इलाज करके रोग के दूर करने की आशा करना सर्वथा अज्ञानता है। इसी प्रकार से यह सत्य है कि कबज जिनको रहता है वे प्रायः रोगों के स्थान हो जाते हैं और इस लिए कबज प्रायः रोगों की जड़ है, परन्तु बड़े बड़े २ रोग जो इस बद्धता से होते हैं, केवल बद्धता का इलाज करने से नहीं जाते, उन के वास्ते विशेष इलाजों की भी आवश्यकता हुआ करती है। मेरा इतना लिखने का उद्देश्य यह है-जब मैं लिख रहा हूं, कि सर्व रोगों की माता कोष्ठबद्धता ही है तो इस से कहीं यह मतलब न समझा जावे कि प्रत्येक रोग में विरेचन ही देते जाना चाहिए। रोग की औषधि, जो उचित हो, की जावे, केवल इतना जानना चाहिए कि कबज को यदि न होने दिया जावे, तो मनुष्य प्रायः रोगों से सुरक्षित रहता है। कोष्ठबद्धता कोई नई बीमारी नहीं है, पुरानी से पुरानी पुस्तकों में इसका वर्णन मिलेगा परन्तु इस काल में कोष्ठबद्धता बहुत बढ़ गई है, और दिन प्रति दिन उस की उन्नति हो रही है। यद्यपि औषधियों की भी प्रति दिन उन्नति हो रही है, और विद्या बढ़ रही है, परन्तु कबज भी साथ ही बढ़ रहा है। उस का कारण यह मालूम होता है, कि हम लोगों के आहार और जीवनचर्या में बहुत सा भेद आगया है, जहां प्रत्येक सादे आहार पर निर्बाह करता था, अब चट-पटे भोजन के बिना

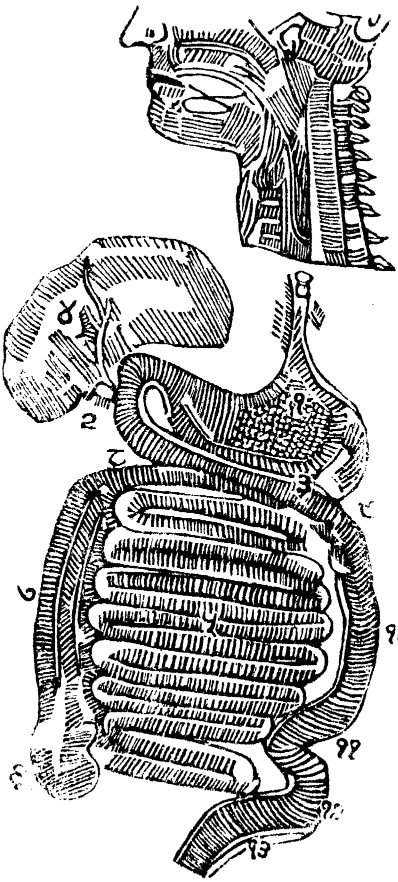
जीवन व्यर्थ समझा जाता है, पहिले लोग इस वास्ते खाते थे कि जीवन बना रहे, अब लोग जीवन इस वास्ते समझते हैं कि खावें, पीवें मौज मेला उड़ावें। पहिले सादे पानी पर निर्वाह होता था, अब सोडा, लेमोनेड, रोज़ वाटर, जिंजरेट आदि बीसियों प्रकार के पानी, और उस पर यदि कहवा, चाय और उस से भी बढ़ कर कई प्रकार की मदिरायें सम्मिलित करें, तो कई पृष्ठों में केवल सादा पानी का प्रतिनिधि (बदल) अंकित हो सके। पहिले लोग सुखिया कम होते थे, प्रायः परिश्रम के काम उन को करने पड़ते थे, आज कल कुर्कों की तो कुछ पूछिए ही नहीं, जिन को चलने फिरने का अवसर है, वह भी व्यायाम वा परिश्रम के काम से जी चुरा कर आलस्य का जीवन व्यतीत करते हैं, फल, भाजियां दिन प्रति दिन महंगी होती जाती हैं। पहिले इन को कभी २ शौक से सेवन किया करते थे, उस समय फल अधिक हुआ करते थे, और फल खाने वाले, कोष्ठबद्धता से रोगी नहीं हुआ करते थे, संक्षिप्त यह कि ये कारण आज कल इस रोग के और अन्त में सर्व रोगों की उन्नति के हैं, और इस पर गजब यह हो गया है कि लोग विचार नहीं करते, कि यह भी कोई कठिन रोग है, और इस पर ध्यान देने की आवश्यकता है। कभी शौच खुल कर आजाता, कभी कब्ज से आजाता है, इस का कुछ ध्यान नहीं है, वर्षों के वर्ष कोष्ठबद्धता में बीत जाते हैं, और इलाज नहीं किया जाता। कोई मकान किराया पर लेना हो, तो सब से पहिले हम यह देखते हैं, कि पाखाना और मोरियों की क्या दशा है, यदि वे गन्दी होंगी, तो प्रायः रोग वहां उत्पन्न होंगे, मानुषी घर (शरीर) की मोरी (पाखाना की नाली) यदि साफ नहीं है तो बालक भी समझ सकता है, कि वह घर विविध रोगों का घर होगा, पहिले २ प्रकृति इस कब्ज के प्रभाव को कुछ कम करती रहती है, परन्तु अन्त में उसे परास्त होना पड़ता है।

पहिले प्राकृतिक आयु १२० वर्ष की समझी जाती थी, अब ७० वर्ष समझा जाता है, और दिन प्रति दिन कम हो रही है। इस ७० साल की आयु तक पहुंचने के लिए आवश्यक है कि शारीरिक

इञ्जन का प्रत्येक पुर्जा नियम पूर्वक काम करता रहे । यदि एक भी खराब होजाय, उस में मैल जम जाए, उस पर जंगार लग जावे, तो उसका प्रभाव दूसरे पर पहुंचेगा और इञ्जन वांछित स्थान तक नहीं पहुंच सकेगा ।

एक डाक्टर लिखता है, कि कोष्ठबद्धता किसी एक समुदाय में नहीं है, और न किसी विशेष आयु में होती है, यह सर्व जातियों के स्त्री पुरुष और बालकों पर प्रभाव करती है । यह जन्म से भी हो सकती है, और बूढ़ों के लिए भी कष्ट का हेतु हो सकती है,

फोटो



यह धनी, निर्धन दोनों पर प्रभाव करती है, सुस्त, मेहनती, दिमागी काम करने वाला, या शारीरिक काम करने वाला, प्रायः सब ही इस में कभी न कभी ग्रस्त हो जाते हैं, और मानुषी रोगों में सब से अधिक इसी की अधिकता है।

कोष्ठबद्धता क्या है इस को जानने के लिए पहिले यह समझना चाहिए कि शरीर के अन्दर खुराक का क्या हाल होता है।

जो कुछ हम खाते हैं, पहिले दाढ़ वा दांतों से उसे पीसते हैं, अगले दांत काटने के वास्ते हैं उस से पिछले आहार के टुकड़े करने के काम आते हैं। और पिछली दाढ़ें पीसने का काम देती हैं, जो मनुष्य इन में से किसी एक भाग से काम नहीं लेते, उन का आहार अच्छी तरह से पच नहीं सकता है।

मुख में जिह्वा के नीचे, और कपालों के भीतर

छोटी असंख्य ग्रंथियां हैं, जिन में लुवाव भरा रहता है, यह थूक व्यर्थ नहीं है, प्रत्युत पचन में सहायता देता है। वे लोग, जो आमाशय को ठीक रख कर सदैव नीरोग रहना चाहते हैं, उन के वास्ते आवश्यक है कि वे आहार को मुख में खूब चबावें। बहुत से मनुष्य हैं, जो दाढ़ों से बहुत कम काम लेते हैं, इस से जहां आमाशय में आहार स्थूल जाता है, वहां मुख लार भी भली भांति सम्मिलित नहीं हो सकती जिस से आहार का भली भांति परिपाक नहीं होता।

गले से उतर कर

आहार एक नाली के द्वारा धीरे २ आमाशय में जाता है, आमाशय का आकार चमड़े की थैली के समान है, जैसा कि चित्र से प्रगट है। आमाशय का स्थान पेट के ऊपर के भाग में है, ज्यों ही आहार आमाशय के भीतर प्रवेश करता, और आमाशय उस पर रस डालता है कोई कहते हैं कि आमाशय की गर्मी से, जिस का दूसरा नाम पाचन शक्ति या जठराग्नि है, वह आहार पकना

आरम्भ हो जाता है, और एक कांजी के रूप में जिसको चाइम या कैमूस और वैद्यक में रस कहते हैं, बदलता है, इस वास्ते कि आहार उत्तम रस बन सके, आवश्यक है कि इस में कुछ पानी हो अतः वह लोग बड़ी भूल पर हैं जो—

आहार के साथ पानी नहीं पीते।

हां, इतना अधिक पानी कि आहार सर्वथा पतला हो कर पचने के अयोग्य हो जावे, बहुत बुरा है। आहार के साथ पानी पीओ, परन्तु बहुत थोड़ा। पहिले या पीछे की अपेक्षा, बीच में पानी पीना उत्तम है एक आध गिलास बहुत पर्याप्त है, आहार यदि मुख में न चबाया जावे, तो आमाशय में हो कर रस बनने में देर लगती है, या यूं कहो कि आमाशय को वह काम करना पड़ता है, जो उस का अपना नहीं है, इस से वह निर्बल होना आरम्भ हो जाता है, आमाशय को एक हांडी से उपमा देवें, तो यह जानना सर्वथा सहज होगा, कि वह मनुष्य जो थोड़ी २ देर के बाद खाते रहते हैं, कैसी भारी भूल करते हैं, क्योंकि एक हांडी में पकाने के वास्ते चावल या कोई और वस्तु कुछ अब डाले, कुछ ५ दस मिनट के पीछे, फिर कुछ घण्टे के पीछे, इसका परिणाम यह होगा, कि चावल अच्छी तरह नहीं पकेंगे, कुछ गल जायेंगे, कुछ जल जायेंगे, और कुछ कच्चे रह जायेंगे, अतः हर समय चरते रहना अच्छा नहीं है।

आहार से पांच घंटे पश्चात्

या कम से कम चार घंटे पश्चात्, दूसरा आहार खाना चाहिए क्योंकि आहार का ३ घंटे से पांच घंटे तक के भीतर पाक होता है। खाने में वहां

एक और सावधानी उचित है

और वह यह है कि जहां तक सम्भव हो, और जहां तक तुम्हारा ज्ञान हो, लघु आहार के साथ, गुरु आहार न मिलाओ, और कच्चे फल आदि भी न खाओ, क्यों कि वह देर में पक कर

रस बनाते हैं, ज्यों २ आहार आमाशय में गलता जाता है, वह अंतड़ियों की ओर धकेला जाता है, मुख में तो हमने अपनी इच्छा से गले से नीचे उतारा था, परन्तु अमाशय से अंतड़ियों में एक प्राकृतिक शक्ति ने उस को धकेला, मुख से गले में ले जाना हमारी इच्छा पर निर्भर है, यह अच्छी तरह चबाये बिना ही ग्रास निगल जाते हैं। परन्तु आमाशय से अंतड़ियों के बीच एक द्वार लगा हुआ है, जो तुरन्त ऐसे आहार को अभी पाक नहीं हुआ है, रोक देता है, और बिना पाक हुए अंतड़ियों में नहीं जाने देता।

यकृत् एक पीत रंग का पित्त उत्पन्न करता है, यह पीत रंग का पित्त, वह है जो यकृत् की निर्मलता में रुधिर के साथ मिलकर सम्पूर्ण रंग को पीत कर देता है, यह पित्त यकृत् के पास की थैली में संग्रह होता है, जिसका नाम इसके नाम पर 'पित्ता' ही है, इस को वैद्यक में पित्ताशय और अंग्रेज़ी में गॉलब्लैडर (Gall Bladder) कहते हैं, इससे एक नाली अंतड़ियों के सिरे पर मिली है, जिस समय आहार का रस छोटी अंतड़ियों में जाता है, तो पित्त या बाइल (Bile) इसमें रिस २ कर आहार में मिलता जाता है, यह पित्ता जिसको वैद्यक में रञ्जक इसी वास्ते कहते हैं, आहार को पचाने के वास्ते आवश्यक है, पित्ता के अतिरिक्त एक और स्थान से जिसको क्लोम (पैंकरयास) कहते हैं, एक लुवाब सा गिरता है, जो पचने में भी सहायता देता है, जिस प्रकार मुख की लार, और आमाशय का रस आहार को पचाने में सम्मिलित हुआ था, उसी प्रकार इन अंतड़ियों में से भी एक रस निकल कर इस कैमूस के साथ मिलता है, और इन अंतड़ियों में आकर और एक अन्य रूप धारण करता है।

अन्तड़ियां

अठारह उन्नीस हाथ लम्बी होती हैं और लिपटी हुई होती हैं, ताकि थोड़े से स्थान में समा जावें, इनमें आहार के दो भाग किये जाते हैं।

जिन द्रव्यों से मानुषी शरीर पालन होता है, उनको

केलूस या काईल बोलते हैं, जो श्वेत रंग का होता है, मल धीरे २ छोटी अंतड़ियों से बड़ी अंतड़ियों में जाता है, जोकि ऊपर से होकर एक घेरा सा बनाती है, यह इस वास्ते है, कि छोटी अंतड़ियों से जो मल मलाशय में जाता है, वह धीरे २ गुदा की ओर आवे, इसमें इकट्ठा होता रहे, और आवश्यकता पर बाहर आवे, यदि ऐसा न होता तो भोजन खाने के तीन घण्टे पीछे मल धीरे २ निकलना आरम्भ हो जाता, छोटी अंतड़ियों के बीच से एक नाली सीधी ऊपर को गई है, जो सब से बड़ी (गन्दा रक्त हृदय में से ले जाने वाली) शिरा में जा मिलती है, केलूस इस नाली के द्वारा शिरा के साथ हृदय के उस भाग में जहां शरीर का अपक्व रुधिर शरीर में जाता है चला जाता है।

आप ने ग्रास मुंह में आने से अंतड़ियों तक का हाल मालूम कर लिया, चित्र में आप ने देख लिया, कि छोटी अंतड़ियों के नीचे से दक्षिण ओर बड़ी आंत आरम्भ हो जाती है, जो ऊपर को आमाशय तक पहुंचती है, यहां से आमाशय के नीचे होती हुई वाम ओर आकर नीचे को जाती है, इस के सब से नीचे के भाग के मुख को गुदा कहते हैं। छोटी अंतड़ियां ज्यों २ इस से रुधिर का भाग निकाल कर मल पृथक् करती जाती हैं वह इस बड़ी आंत में आता जाता है, और उपर्युक्त सम्पूर्ण भागों से होकर गुदा के कुछ ऊपर एक गढ़े में इकट्ठा होता जाता है, इसका नाम सिगमाईट-फ्लैकचर है, इस बड़ी अंतड़ी को अंग्रेज़ी में कोलन वैद्यक में वृहत् अंतड़ी, यूनानी में कोलन और अमआय मुस्तकीम कहते हैं॥

परिणाम शूल कोलन में हुआ करता है, इस लिए अरबी में इस का नाम कौलञ्ज है, यह वही आंत है, जिस पर हमारा कथन है, यह मानुषी शरीर का मल निकालने की बड़ी मोरी है, जिस के साफ़ न होने से सम्पूर्ण मानुषी शरीर खराब हो जाता है, और इस की दुर्गन्ध सम्पूर्ण शरीर को दुर्गन्धित कर देती है, यही कब्ज का स्थान है। कोलन च[illegible]दार पट्ठों का बना होता है, और यह

चक्र एक दूसरे के ऊपर लगे हुए हैं, परन्तु आपस में मिले हुए नहीं हैं प्रत्येक के बीच में एक गढ़ा होता है, जहां कि मलादि जमा होता है, और वैद्य कभी इसका खयाल नहीं करते। यह निःसन्देह ठीक है, कि कोलन के गढ़ों में मल का जमाव कभी सप्ताहों, मासों, वरन् वर्षों तक रहता है, जब कि केवल यह गढ़े जिस को ल्यूकोई कहते हैं भरे हों तो कोलन का बड़ा भाग बराबर साफ रहता है, और उन पर कोई बुरा प्रभाव नहीं होता, यह हो सकता है, कि बाज समय किसी एक गढ़े में इतना मल हो जावे कि वह बहुत बढ़ जावे, और यह मालूम हो कि कोई अंग बढ़ गया है, या कोई सोज हो गई है। कोलन में सिगमाइडफलैक्चर और सीकम (जहां से बड़ी आंत आरम्भ हो जाती है) दो स्थान हैं, जो कि प्रायः बढ़ा करते हैं, मल संग्रह कोलन के किसी भाग में हो सकता है, जिन्दगी में डिसैंडिंग (बाईं ओर के) कोलन में इतना मल संग्रह हो जाता है कि पुस्तकों में पढ़ कर हम उस का विश्वास ही नहीं करते। यह सत्य है, कि यद्यपि ग्रन्थकारों की सम्मतियां इस के विरुद्ध है, कि दाईं ओर के भाग एसैंडिंग कोलन में जितना पुराना मल जमा होता है उतना डिसैंडिंग अर्थात् बाईं ओर में नहीं होता। जब मलसंग्रह बहुत बढ़ जाय, और उस ओर भार बहुत अधिक हो जाए, तो कोलन का, यकृत से मिल जाने का भय है। अस्तु, हो सकता है, कि तिरछा भाग कोलन में अर्थात् ट्रांसवर्स (आमाशय के नीचे का भाग) कोलन नलों तक आजाय, जवानों में कोलन भर कर १५ इञ्च तक मोटी हो सकती है यह मल जमा हो कर कठोर होता रहता है, इसकी कठोरता में भेद होता है, बाज समय ऐसे कठोर होते हैं, कि गालस्टोन (पित्ते की पथरी) खयाल किए जाते हैं, और शस्त्र से भी कठिनता से कटते हैं।

यह मल संग्रह इतना अधिक हो सकता है, कि पेट किसी अंग पर दबाव डाल कर उसके काम में विघ्न उत्पन्न करदे, हो सकता है, कि यकृत् पर दबाव पहुंचे, जिससे पित्त बहना रुक जावे, या वृकद्वय या मूत्राशय पर दबाव पहुंच जाय, और उनके काम में विघ्न उत्पन्न हो। अनुभव से मालूम हुआ है, कि इतना

जमाव कोलन में हो सकता है, जिसका दूसरा विश्वास नहीं कर सकता, तत्त्ववेत्ताओं ने कोलन संगृहीत मल से डोल के डोल भरे हैं, हां इतना जमाव कदाचित् ही हुआ करता है। मैं आज पाठकों का ध्यान इस बड़े संग्रह की ओर नहीं खींच रहा हूं, क्योंकि इतना अधिक जमाव तो हकीम टटोल कर या ठीक कर मालूम कर सकता है, मैं आज मामूली थोड़े संग्रह की ओर पाठकों का ध्यान खींच रहा हूं, जो कि प्रायः सर्व रोगियों के भीतर जो हमारे कार्यालय में आते हैं, पाया जाता है, ऐसे रोगी हम को निश्चय दिलाते हैं, कि पाखाना रोज खुल कर आता है, परन्तु उनकी रंगत, जीभ, की दशा, और विशेष कर पाखाने की रंगत से हमें साफ मालूम होता है, वे कोष्ठवद्धता से ग्रस्त हैं।

प्रति दिन शौच आजाना इस बात का कोई लक्षण नहीं है

कि मलाशय में मलसंग्रह नहीं है। प्रत्युत यह सत्य है, कि बहुत बुरे प्रकार का कबज जो हम देखते हैं, वह होता है, जिस में कि पाखाना प्रति दिन आता रहता है। मल संग्रह का हाल प्रति दिन उनकी रंगत को देखने से मालूम हो सकता है, कि वह पुराना है, काला, स्याहीमायल हरा रंग सदैव यह प्रगट करता है, कि वह पुराना है, जमा हुए में से कुछ भाग निकला है। तत्काल खाए हुए आहार का मल यदि तुरन्त निकल जाय, तो उसका रंग न्यूनाधिक पीला होता है। यह मालूम करना मनोरञ्जकता से खाली न होगा, कि क्यों—

पुराना मल स्याह और पीला होता है ?

कोलन से इस संगृहीत मल में से खराब परमाणुओं का रुधिर में जमा होना असंख्य रोगों का हेतु है, यथा कामला, पाण्डु, उसके अन्य उपद्रव, ज़बान पर मल का जमना, श्वास में दुर्गन्ध, आंखों में निन्द्रा, ऐसे रोगियों में होता है, फिर जोश या खमीरा उनको दुःख देता है, उनको अफारा हो जाता है, जो अन्ति[illegible] छाती तक पहुंच जाता है, और सम्भव है, कि श्वास की तंगी का हेतु हो जावे, हृदय की गति नियम विरुद्ध हो जाती है, मस्तिष्क में भी

खराबी हो सकती है, सम्भव है, मूर्छा, शिरःशूल, और उन्माद हो जावे। सेकम या सिगमाइडफलेक्स्चर के बढ़ जाने से अर्द्धांगवात, पक्षाघात, कम्पवातादि हो सकता है। वैद्यक परीक्षा, जिस से यह मल संग्रह मालूम हो सकता है, बहुत सरल है।

संक्षिप्त वर्णन।

उपर्युक्त सर्व लेख को यदि आप ने विचार पूर्वक पढ़ लिया है, तो आप समझ गए होगें, कि कोष्ठबद्धता क्या वस्तु है? कबज इस कोलन में उचित मात्रा से अधिक मल का जमा हो जाना, कोलन के चक्रों के गढ़ों के बीच तो थोड़ा सा मल लगा रहता है परन्तु जब से बढना आरम्भ होता है, और चक्रों के साथ भी लगता जाता है, कबज आरम्भ हो जाता है, कोलन का छिद्र जिस के भीतर से मल निकलता है, दिन प्रति दिन छोटा होता जाता है। अन्तिम सुद्दे पैदा होने आरम्भ हो जाते हैं। सुद्दे क्या हैं? इन को सहज में समझा जा सकता है, छोटी अंतड़ियों से मल बड़ी आंतो में स्वस्थ मनुष्यों के लगातार प्रविष्ट होता रहता है, ऐसा होने के वास्ते दोनों के मध्य एक छिद्र है जिस पर एक खिड़की लगी हुई है, जो कि उस ओर को खुलती है, जब मल उस ओर जाना चाहे, और यदि बड़ी आंतों से कोई चीज आनी चाहे तो यह खिड़की तुरन्त बन्द हो जाती है। जब कोलन पुराने मल के कारण इतना भरा होता है, कि इस खिड़की पर उसका दबाव पड़ता है, तो इस दशा में ऐसा होता है, कि उधर से छोटी आंतों का मल जाता रहता है, खिड़की खुलती है, ऊपर से जो दबाव पड़ता है, और खिड़की इस भय से कि कोई वस्तु ऊपर से नीचे न आ जावे, तुरन्त बन्द हो जाती है, इस प्रकार छोटी आंतों में से मल कई भागों में प्रविष्ट होता है, यह प्रत्येक भाग एक सुद्दा है, प्रत्येक अलग २ धकेला हुआ गुदा की ओर आता है॥

सुद्दे—यह कबज (और सुद्दे) या तो आंतो की शक्ति की कमी से, या मल अल्प मात्रा में आने के कारण, उत्पन्न होते हैं, इस में बिविध मत हैं, कोई मनुष्य दो बार शौच आवश्यक समझता

है, कोई एक ही बार पर्याप्त समझता है, कोई ऐसे भी हैं, जो दूसरे तीसरे दिन शौच आना स्वभाविक समझते हैं, और बाज ऐसे भी हैं जो चौथे पांचवें दिन शौच होने से प्रसन्न हैं। एक दशा पढ़ कर तो अत्यन्त हैरानी हुई, एक षोडश वर्षीय कन्या ने वर्णन किया, कि उस की आंते ठीक नहीं हैं, इस पर एक आपरेशन होने वाला था, पूछने पर पता लगा कि वह तीन मास में एक बार पाखाना जाती है अन्तिम मल उस के अन्दर से दूर किया गया, फिर आपरेशन की आवश्यकता ही नहीं रही। मुझे एक नातेदार स्त्री के विषय में मालूम है, जो हमेशा तीसरे चौथे दिन शौच जाती है, और जवानी के कारण अभी तक कोई बड़ी हानि प्रकट नहीं हुई है।

जो लोग दिन में अधिक बार शौच जाते हैं, वह प्रायः बहुत खाते हैं, और ऐसी वस्तुएं खाते हैं जिन से मल बहुत बनता है. जो लोग कम खाने वाले होते हैं, और आहार भी ऐसा खाते हैं, कि जिस से मल कम बनता है, और व्यायाम भी करते हैं, वे दूसरे दिन शौच जाकर भी सन्तुष्ट रहते हैं।

कहावत प्रसिद्ध है:—

"एक समय योगी, दो समय भोगी बहुत समय रोगी" योगी लोग जो कम खाते हैं, और नियम पूर्वक खाते हैं वह एक वार, जो संसार में फंसे हुए तरह २ के आहार खाते हैं, वह दो वार, जो रोगी हैं वह कई बार शौच जाते हैं, इस वास्ते स्मरण रक्खो कि एक वार दैनिक शौच का आजाना स्वास्थ्य के वास्ते आवश्यक है। क्यों कि तीसरे दिन शौच जाने वालों को यद्यपि पहिले पहिल कोई बुरे लक्षण प्रगट न हों, परन्तु अन्त में हानि अवश्य पहुंचती है।

मल जब बड़ी आंत के सिरे पर एकत्र हो जाता है, उस समय यदि उसे रोका जावे तो बहुत हानि करता है, शूलादि उस का तुच्छ परिणाम है। परन्तु जब तक वह ऊपर का मार्ग समाप्त कर रहा है, और उस के भीतर है, उसका परिणाम शीघ्र प्रगट

नहीं होता। जिन लोगों का मल बड़ी अन्त्रि के भीतर जमता रहता है, तो उस से उस की सिकुड़ने और खुलने की शक्ति कम होने के कारण मल बहुत ही धीरे आता है। और इस वास्ते निरन्तर कोष्ठबद्धता वाले को हो सकता है, कि जो आज शौच आया है, वह कई दिन का पिछली खुराक का हो, और कल के आहार का अभी कहीं मार्ग में हो, और सिरे तक ही न पहुंचा हो।

सारांश यह कि:—

यह पुरीषसंग्रह मल स्थान से ऊपर २ शीघ्र हानि प्रगट नहीं करता, परन्तु अन्त को दबा लेता है, यह बात इस जगह लिखनी आवश्यक है, कि प्रति दिन शौच आना स्वास्थ्य के वास्ते आवश्यक है। परन्तु यदि यह पर्याप्त न हो, तो भी शेष मल जमा होता रहेगा।

अस्तु यह आवश्यक नहीं, कि जिसे प्रति दिन शौच आजाता है, उसे. कोष्ठबद्धता नहीं है, प्रत्युत बाज समय जब कोष्ठबद्धता पुरानी हो जाती है, और मल बहुत होता है तो दिन में कई बार भी शौच आता है॥

और कौन नहीं जानता कि मरोड़ और अतिसार का असली कारण कोष्ठबद्धता ही हुआ करती है। मैंने बहुत से रोगी देखें हैं, कि जिनको दो समय शौच आता है परन्तु उन की आंते सफा नहीं होती हैं, और उन्हें कोष्ठबद्धता ही रहती है। पेट और आन्तों की दशा स्वयं बता देती है कि वह सर्वथा साफ है या नहीं ?

अब आपने समझ लिया कि कोष्ठबद्धता, मवाद की आवश्यकता से अधिक जमा होते रहने का नाम है। इस में यह प्रश्न हो सकता है, कि थोड़ा बहुत मल जो कोष्ठबद्धता के रोगों का आता है, वह भी कष्ट से क्यों आता है।

कोष्ठबद्धता वाले को शौच का कष्ट।

यदि पिछले निबन्ध को आपने विचार पूर्वक पढ़ लिया है, तो इस का उत्तर अवश्य ही आप को मालूम हो जावेगा। ज्यों २ मल

बड़ी आंत के भीतर जमा होता रहता है, शक्ति कम होती जाती है, और अपना काम अर्थात् मल को आगे करना ठीक तरह पर नहीं कर सकती है, और मल संग्रह के कारण ठीक तरह सिकुड़ नहीं सकती है। हम जिस समय शौच बैठते हैं, तो पेट के अवयव सिकुड़ कर उस को आगे धकेल देते है, परन्तु ये सिकुड़ने की शक्ति कम होती है, इस वास्ते शौच बहुत मुश्किल से जोर लग कर हम को निकालना पड़ता है, बहुत ही पुरानी अवस्था में ऐसा होता है, यह सिकुड़ने की शक्ति सर्वथा न रहे, और जोर से भी मल न निकले प्रत्युत निकालना पड़े या पतला हो कर बिना इच्छा के निकलता रहे।

शौच की आवश्यकता।

मनुष्यों और पशुओं में जमीन आसमान का अन्तर है। पशुओं को ईश्वर ने केवल इतनी बुद्धि दी है, कि वह अपने रहने का गुज़ारा कर सके, मनुष्य को ईश्वर ने पूरी बुद्धि प्रदान की है इस को संसार में ऐसे काम करने हैं, जिस के कारण सभ्यता उस के लिए आवश्यक है। पशु एक विशेष प्राकृतिक जीवन व्यतीत करते हैं, उन के वास्ते साधारण बात है, कि वह एक ओर से खाते जावें, और एक ओर से निकालते जावें, जिस समय शौच आवे, चाहे गलीचे पर खड़े हों वह कभी नहीं रुक सकते। अनुमान किया गया है, कि जो आहार मनुष्य खाता है, पांच घण्टा के भीतर २ उस का मल हो जाता है, अतः प्राकृतिक दशा तो यह हो सकती है कि भोजन के पांच घण्टे पीछे शौच चला जावे, नरम आहार हो तो इस से भी कम समय लगेगा, इस नियम का पालन बालकों में होता है।

यह कई बार दूध पीते और कई बार शौच जाते हैं, जब आया निकाल दिया, कोई रोक नहीं सकता है, ज्यों २ बालक बड़ा होता है, उस को नियमानुसार शौच जाना सिखाया जाता है। और अन्तिम सायं प्रातः दो बार पर नौबत आ जाती है। यह इस वास्ते मनुष्य ने रख लिया है, कि सायं प्रातः प्रायः फुरसत का

समय है, ठीक है कि दिन के समय न जाने किस काम से होंगे। कोई मनुष्य २४ घंटे में एक बार कोई दो बार शौच जाते हैं, यद्यपि यह प्राकृतिक दशा नहीं है, पर आवश्यक है। यदि पाखाना ठीक और पर्याप्त आता है, तो २४ घण्टा में एक बार आना भी हम बुरा नहीं समझते। २४ घंटे में एक बार जाने वाले लोग भी बाज़ समय यत्न करते देखे गए हैं, कि उन को दो बार शौच हुआ करे, इस से कुछ लाभ नहीं है, यदि उन का स्वभाव ऐसा ही है तो कुछ हरज की बात नहीं है। जो दो बार शौच जाने के अभ्यासी हैं, उन को एक बार बनाने का लाभ नहीं है। इस से कम या अधिक रोग होता है।

मल को रोकना—मल वेग को रोकने से बहुत रोग उत्पन्न हो जाते हैं, इस वास्ते मल कभी न रोकना चाहिए, हम ने बाजे मनुष्यों को देखा है, दफतर में बैठे २ शौच आ गया, या दुकान पर बैठे हैं, उठना नहीं चाहते, तो उस को दबा जाते हैं, और कई कई घंटे वैसे ही गुजार देते हैं। पहिले पहिल तो खूब जोर होता है, जिस को वह कठिनता से दबाते हैं, फिर वह जोर कम हो जाता है, और कभी याद दिलाता है, परन्तु ये ऐसे बहादुर हैं कि उसी जगह दबाए जाते हैं। मुझे एक लड़के के विषय में मालूम है, कि उस ने इतनी देर पाखाना को रोका कि अन्त में इतना जोर हुआ कि वह टट्टी को दौड़ा, और पाखाना मार्ग में पाजामा में ही निकल गया।

माधव निदान में लिखा है ॥

"शौच के वेग को रोकने से गुड़गुड़ाहट होती है, गुदा में कतरने की सी पीड़ा होती है, शौच नहीं उतरता, गुदा में मल निकालने की शक्ति कम हो जाती है, और खराब अवस्थाओं में मल मुख के मार्ग से निकलने लगता है ॥

स्मरण रहे मल को रोकना जहां बुरा है, वहां गुदावात का रोकना भी बहुत खराब है। क्योंकि लिखा है:—

"अधोवायु को रोकने से अधोवायु, मल मूत्र के बन्द होने का भय है। पेट फूल जाता है, शरीर में अकारण

थकावट मालूम हो, पेट में वात से पीड़ा हो, और वातज रोग शूलादि उत्पन्न हों ।

यहां इतना लिख देना भी आवश्यक मालूम होता है कि मूत्र के रोकने से शिश्नमें पीड़ा होने लगे, मूत्र कष्ट से उतरे, मूत्राघात हो जावे, शिर में शूल हो, पीड़ा से शरीर सीधा न हो पेट में अफारा हो, और बाज समय मूत्राशय में शोथ हो जावे ।

कोष्ठबद्धता की हानियां ।

डाक्टर अर्जुनदास साहिब एल. एम. एस. लिखते हैं:—

"प्रत्येक अंग्रेजी व युनानी पुस्तक में बहुत कुछ लिखा हुआ है, परन्तु मुझे जो स्वयं अनुभव से इस के बुरे परिणाम मालूम हुए हैं लिखता हूं, और वह ये हैं । पहिले पहिल शिरःशूल, बवासीर, शिर का घूमना, मन्दाग्नि आहार का कम पचना, अंगों में थकावट अंगों का टूटना, पित्त कोप, हृदय की धड़कन, ज्वर क्षुधा हीनता, अफारा, उदर शूल, दिल का धड़कना, मुख की विरसता, किसी प्रकार का निकलने वाला माद्दह रुधिर में प्रविष्ट हो कर शरीर में विष के लक्षण उत्पन्न करता है, जब आमाशय और पाचन शक्ति में फरक मालूम होता है, तो शरीर पर कई प्रकार के फोड़े फुन्सियां निकल आते हैं अन्तड़ियों में कठिन सुद्दे होने से बन्ध पड़ जाता है, और बाज समय निर्बल अंतड़ी फट भी जाती है, खांसी, नज़ला, राजयक्ष्मा आदि भी कभी २ इस के कारण से प्रगट होते हैं ॥"

कोष्ठबद्धता से राजयक्ष्मा का होना सम्भव है, एक रोगिणी का हाल नीचे अंकित करता हूं, जिस से मालूम होगा कि यक्ष्मा का बड़ा कारण कोष्ठबद्धता हुई, एक लड़की का विवाह ११ वर्ष की आयु में हुआ, जब वह अपनी सुसराल गई तो उस को वहां आहार नियमानुसार न मिलने के कारण पहिले कोष्ठबद्धता रहने लगी, और उस के साथ ही पेट में शूल और अफारा भी होने लगा, ज्वर के लक्षण भी प्रगट हुए, जब तक ज्वर कम रहा तब तक उस के रिश्तेदार और सुसराल व पिता की ओर से खयाल नहीं हुआ, जब ज्वर अधिक हुआ और वह बेचारी चलने फिरने के अयोग्य

हो गई तो डाक्टरों और हकीमों की सम्मति से इलाज किया गया सब की सम्मति यह हुई कि यह जीर्ण ज्वर है। और जब औषधि आदि से लाभ न हुआ तो उस की छाती की ओर ध्यान गया, क्यों कि कभी २ रूक्ष खांसी भी आती थी, अन्त में यहां तक नौबत पहुँची कि खांसी और ज्वर दिन प्रति दिन बढ़ता गया, तब डाक्टरों ने रोग का नाम ग़ैलिपगंथ्स्मोसिस रक्खा, अर्थात् घोड़े की दौड़ की तरह रोग आया है। और बेचारी रोगिणी एक दो मास के भीतर मर गई।

अब इस रोगिणी के वृत्तान्त से मालूम हुआ, कि पहिले कोष्ठबद्धता हुई, पीछे उदर शूल, फिर अफारा, फिर ज्वर, अन्त में कास व ज्वर और अतिसारादि जोर से हुए। मेरे विचार में बाल्य विवाह और आहार की न्यूनता से कोष्ठबद्धता हो जाने के कारण कितनी लड़कियां इस भारत वर्ष में यक्ष्मा ग्रस्त हो कर संसार से बिना खाये पीये चल देती हैं।

श्रीमान् डाक्टर जी० शर्म्मन विग साहिब लिखते हैं:—

"कोष्ठबद्धता बहुत से छोटे २ रोगों का हेतु है। यह नाना प्रकार की पीड़ायें उत्पन्न करती है, और असंख्य रूप से दुःख देती है, पट्ठों के रोगों का प्रायः कारण यही हुआ करती है। स्वभाव के चिड़चिड़ेपन का कारण होती है, और पट्ठों की निर्बलता का भी हेतु बनती है, रक्त प्रदर और हृदय धड़कन और भ्रम का हेतु भी होती है, और थोड़े परिश्रम के पश्चात् थका देती है, यह शिरः शूल, हृदय धड़कन, उत्पन्न करती है, दाह और शीतल स्वेद आते हैं। इस से शिर गरम और हाथ पांव ठंडे होने लगते हैं। कानों में शांय २ और शिर में शूल होता है, और अन्य बहुत से रोग होते हैं। यह मस्तिष्क पर प्रभाव करती है, शरीर के सम्पूर्ण प्राकृतिक बातों में प्रभाव करती है। और साधारण रोग को प्राणघातक बना देती है, कभी यह विचार उत्पन्न करती है कि शरीर जीवित रहने के योग्य नहीं है। मल संग्रह के कारण उदर में भली भांति रक्त भ्रमण नहीं हो सकता, इस से अर्श, रक्त दोष, हो जाता है, स्त्रियों

में किसी २ समय मूढ गर्भ के चिन्ह दिखाई देते हैं, कभी मूत्राशय भी बढ़ सकता है। और प्रायः स्त्री रोगों का हेतु होती है। और पट्ठों की पीड़ा, शिरः शूल, बवासीर, परिणाम शूल, अण्डवृद्धि, अन्त्रिशोथ, आदि सब इसके लक्षण हैं"।

एक दूसरे डाक्टर साहब लिखते हैं:—

"शौच के अधिक देर तक आंतों में रुके रहने से दूषित वायु उत्पन्न हो कर अफारा का हेतु होता है, और आमाशय यकृत् व क्लोम अपना २ कर्तव्य भली भांति नहीं करते। जिसका परिणाम यह होता है, कि शरीर सुस्त, बुद्धि मन्द, स्वभाव चिड़चिड़ा, रंग पीत, शिरः शूल, स्मरण शक्ति नाश, हृदय धड़कन और अन्त में क्षय हो जाता है"

न्यूहाईजन के मानने वाले तो सब रोगों का कारण कोष्ठबद्धता समझते हैं, उन की सम्मति में प्रत्येक रोग मल संचय से उत्पन्न होता है, इस वास्ते वह संसार के प्रत्येक रोग की चिकित्सा वस्ति (हुकना) से ही करते हैं, जैसा कि आगे लिखा जावेगा।

डाक्टर लोईकुहनी साहिब भी प्रत्येक रोग का कारण मल संचय होना, ही समझते हैं। जो शरीर के प्रत्येक भाग में पहुंच सकता है, और वह चार प्रकार के स्नान इस के नियत करते हैं। जिस से मल अंतड़ियों में वापिस आकर मल मार्ग से निकल जावे।

वृद्धि

कबज की दशा में कारण, परिणाम, और परिणाम, कारण बनता है। और इस प्रकार दिन प्रति दिन कोष्ठबद्धता में वृद्धि होती जाती है, पहिले कोष्ठबद्धता से रुधिर में इस संग्रह के कारण खराबी उत्पन्न होती है, जो रुधिर को विषैला करती है। रक्त दोष से भी कोष्ठबद्धता होती है। यह और पूर्वोक्त बद्धता मिल कर और भी रक्त को दूषित कर देती है, अधिक दूषित रक्त फिर अधिक मल बद्धता करता है, इसी प्रकार से कोष्ठबद्धता का रोगी दिन प्रति दिन अधिक रोगी होता चला जाता है। यह विष बड़ी भांत

के धकेलने की शक्ति को भी कम करता है, और संग्रहीत मल भी इस शक्ति में रुकावट डालता है और इस प्रकार से रोग बढ़ता है। जब यह शक्ति कम हो गई तो नित्य कोष्ठबद्धता आरम्भ हो जाती है, इस के पश्चात् आंतों की शक्ति सर्वथा कम हो जाती है, और शौच हो आता है, तो वह केवल उदर की मांस पेशियों के दबाव से, जो बल करने से उत्पन्न होता है, आता है। जब तक पट्ठों में शक्ति रहती है, कोष्ठबद्धता होने पर भी प्रति दिन शौच हो जाता है, यही कारण है कि यदि व्यायाम आरम्भ किया जावे कि जिस से पट्ठे दृढ़ होते हैं, तो शौच प्रति दिन सुगमता से आना आरंभ होता है, परन्तु यह सब थोड़े दिनों में नहीं हो जाता है।

कोष्ठ बद्धता एक धीरे २ बढ़ने वाला रोग है, कई मास और बाज समय कई वर्ष बीत जाते हैं, जब कि यह स्वास्थ्य को इतनी हानि नहीं पहुंचाता है, कि जिस से रोगी का ध्यान इस ओर आकृष्ट हो या वह भयभीत हो। उस समय तक ध्यान ही नहीं दिया जाता, जब तक कोई और रोग नहीं खड़ा हो जाता।

डाक्टर लोई कुहनी साहिब ने तो यहां तक लिखा है कि अप्राकृत मवाद (Foreign matter) माता पिता से ही बालक में आता है। और जवानी तक कोई हानि नहीं करता परंतु अन्त में असंख्य रोगों के रूप में प्रगट होता है।

निदान।

प्रत्येक रोग में निदान एक आवश्यक कर्तव्य है, जब तक किसी रोग की परीक्षा न हो, औषधि नहीं की जाती। पेट के अंत्रि-स्थान पर यदि दो अंगुलियां रक्खें और दूसरे हाथ की अंगुली से जोर से ठोंके तो अन्त्रियां साफ होने पर शब्द साफ होता है। यदि शब्द सुस्त, भद्दा, मरा हुआ सा हो, तो समझ लो कि अन्त्रियां मवाद से पूर्ण हैं। यदि उस समय शौच न गए हो, तो भी शब्द सुस्त होता है, इस वास्ते मल मूत्र त्याग के पश्चात् देखना चाहिए इस के अतिरिक्त ज्यों २ अभ्यास होता जाता है इस दोनों शब्दों का भी अन्तर मालूम होता जाता है। और टटोलने से भी साफ

मालूम हो जाता है, कि मलबद्धता है, जब अधिक अभ्यास बढ़ जावे तो यह भी मालूम हो सकता है कि इतना मल जमा हो रहा है। परन्तु क्या सुस्त शब्द कोष्ठबद्धता को ही प्रगट कर सकता है? गर्भावस्था, गर्भाशय की रसौली, जलोदर शोथरोग, वातरोग और अन्य रोगों में ऐसा हो सकता है। किन्तु वैद्य के वास्ते यह जानना कठिन नहीं है, क्यों कि इन में से प्रत्येक में बहुत से लक्षण होते हैं भूल अधिक तर उस समय होती है, जब कि मोटापे के कारण शब्द भद्दा हो जाता है। अतः जब स्थूल मनुष्य को देखने लगो तो उस की चरबी की तहों को दबाकर एक ओर करलो।

कई बार कोष्ठबद्धता को रसौली आदि भी समझा जाता है। किन्तु यदि हाथ की दो अंगुलियों से उस को धीरे २ दबावें और फिर जल्दी से दोनों अंगुलियां उठाले तो कोष्ठबद्धता की अवस्था में वह गढ़ा जरा धीरे २ भरेगा, और अंगुलियां उठाने के पश्चात् प्रगट हो सकेगा, रसौली में नहीं, यह सब कुछ कई रोगियों को देख कर निश्चय करने की बाते ह॥

(२) नाड़ी भी कोष्ठबद्धता को प्रगट करती है, और योग्य नाड़ी देखने वाला यहां तक बता सकता है, कि कितनी देर से बद्धता है, और कितना मल जमा है, कोष्ठबद्धता में नाड़ी भरी हुई होती है। रक्त की अधिकता में भी भरी हुई होती है, परन्तु इस दशा में साथ ही नरम भी होती है। कोष्ठबद्धता की दशा में भारी, भरी हुई, कुछ मोटी और बोझल अनुभव होती है, अनुभव बताता है कि यह परीक्षा विधि बहुत उत्तम है॥

(३) रोगी की अवस्था को प्रश्नों से भी जान सकते हैं। तुम को शौच कितनी बार आता है? किस २ समय आता है? रंग क्या होता है। निकलने में कष्ट तो नहीं होता? दस्त व जाहरी कबज होता रहता है या नहीं? पेट तुम्हारा कैसा रहता है? दर्द कभी होता है या नहीं? तुम्हारा साधारण आहार क्या है? व्यायाम और सैर करते हो या नहीं? इत्यादि २ प्रश्न इस नतीजे पर ला सकते हैं, कि इनको कोष्ठबद्धता है या नहीं?

कतिपय रोगों का मुख्य कारण कोष्ठबद्धता होता है । पट्ठों का दर्द कोष्ठबद्धता के कारण हो सकता है शिरःशूल प्रायः कोष्ठबद्धता के कारण होता है । और इसी प्रकार अन्य बहुत से रोगों की चिकित्सा के समय कोष्ठबद्धता की परीक्षा करनी चाहिए। असल रोग जो प्रकट हुआ है वह प्रतिफल है इसको ध्यान में रखना चाहिए। परन्तु यह भी खयाल रहे कि कभी २ कोष्ठबद्धता किसी दूसरे रोग के कारण भी हो जाती है । पट्ठों के रोगों से कोष्ठबद्धता हो जाया करती है । जो लोग अपने हाथों अपना सत्यानाश कर चुके हैं, या बहुमैथुन के कारण बहुत निर्बल होते हैं उनको भी प्रायः नित्य कोष्ठबद्धता रहा करती है । इस कोष्ठबद्धता को यदि हम दूर करना चाहें, तो एक दिन के लिए चाहे वह दूर हो जावे, परन्तु जब शरीर बलवान नहीं है तो कोष्ठबद्धता फिर होगी और फिर होगी ।

कोष्ठबद्धता का निश्चय करने में एक बात का और ध्यान रखना चाहिए । मुझे एक बार एक रोगी के देखने का अवसर हुआ जो कि देर से रोगी था, परन्तु अब उसको विशेष कष्ट यह था कि '५ दिन से शौच न आया था, मालूम हुआ कि हकीम जुलाब भी दे चुका है, किन्तु दस्त नहीं आता है । मने पूछा रोगी का आहार क्या है ? उत्तर मिला कि अरारोट या ग्लैज़मन, किसी समय एक चमचा ले लेता है । मैं हैरान हुआ, और समझाया कि भाई इसको शौच दैनिक कहां से आवे ! जब मल बना ही नहीं है, तो आवे कहां से ? आप इस के असल रोग का इलाज करें, हाजमा को तेज करें, शौच समय पर अपने आप आवेगा। ऐसी दशा में विरेचन देने से प्रायः बहुत पीड़ा होनी आरम्भ होती है, जिस से संदेह होता है, कि कोष्ठबद्धता का जोर है ।

किसी समय व्यायाम के कारण बड़ी आंत का कोई भाग सिकुड़ता है, जो कि गोला सा मालूम होता है, इस से भी बड़ी भारी कोष्ठबद्धता का अनुमान न करना चाहिए ।

कोष्ठबद्धता के विषय पर बहुत से पत्र हैं, जिन में से एक दो को ही नीचे अंकित करते हैं, जिस से कि दृष्टान्त के द्वारा

यह बात भली भांति समझ में आजावे। इस पत्र में भी कोष्ठबद्धता का असल कारण हस्तमैथुन की निर्बलता है। परन्तु इलाज केवल कोष्ठबद्धता का होता रहा है।

लेखक का नाम देना अच्छा नहीं, अतः नहीं देते ॥

श्रीमान् महाशय पं० ठाकुरदत्त जी साहिब ! नमस्कार के पश्चात् निवेदन है कि मैंने बहुत कुछ आप की प्रशंसा सुनी है, इस लिए अपना सविस्तार हाल आपकी सेवा में लिखना उचित समझा; आशा है कि आप मुझ पर अनुग्रह कर के निम्नलिखित निवेदन को विचार पूर्वक पढ़ेंगे :—

दास ४—५ वर्ष से एक कठिन रोग में ग्रस्त है, न मृत्यु आती है और न अच्छा होता हूँ, अर्थात् चार, पांच वर्ष से लगातार मुझे दस्तों की बीमारी है, धीरे २ अब यह अवस्था पहुँच गई है कि पांच छः दिन के पश्चात् जब कभी पाखाना होता है तो बड़ी कठिनता से एक दो लैंडियां गिरती हैं। अब तक सहस्रों विरेचन लिए, सहस्रों औषधियां यूनानी हकीमों की खाईं, और डाक्टरों की बहुत तीक्ष्ण औषधियां कीं, परन्तु कुछ लाभ नहीं हुआ। डाक्टरों की तीव्र औषधियां जब तक खाता रहा तो सायं काल उष्ण दूध पीने के पश्चात् पाखाना होता रहा, परन्तु महीना पन्द्रह दिन में औषधियां छोड़ देने के पश्चात् फिर वही अवस्था हो जाती है। लाचार एक वैद्य के पास गया, उन्होंने कहा कि तीक्ष्ण और अधिक विरेचन के कारण तुम्हारे अमाशय के दांत घिस गए हैं और पाखाना निकलने की आंत का मुख अच्छी तरह नहीं खुलता, बन्द हो गया है और तुम को वज्रकोष्ठता का रोग है।

अतः वैद्य साहिब ने सनाय का चूर्ण बना दिया है उसको मास में २—३ बार गर्म पानी के साथ खाने को बतलाया है और अमलतास का गूदा व मिश्री का शर्बत बना दिया है, जिस को प्रातः गर्म पानी से और सायं को उष्ण दूध में डाल कर खाने को बतलाया है। इस औषधि से पहिले तो अधिक लाभ हुआ,

मल खूब निकलता रहा, परन्तु अब फिर वही अवस्था हो गई, शरबत दोनों समय पीता हूँ मगर पाखाना नहीं होता, और न वायु निकलती है। जो अवस्था पहिले थी अब फिर वही हो गई, अब वर्तमान व्याधियां निम्नलिखित हैं:

वर्तमान अवस्था

अपान वायु नहीं निकलती, डकारें बहुत कम आती हैं, पेट में आहार के चलने फिरने की क्रिया बहुत कम होती है, हमेशा पेट भरा मालूम होता है, पेट में जलन बनी रहती है, भोजन थोड़ा बहुत बराबर खाता हूँ, भोजन करने की बहुत इच्छा होती है, चाहे उदर में स्थान हो या न हो, खाने को जी चाहता है, और विवश खा भी लेता हूँ, परन्तु निकलता नहीं, नहीं मालूम कहां जाता है, उदर फूलता हुआ मालूम होता है, और ऐसा मालूम होता है, कि मानो अब पेट फट जावेगा। पाखाना फिरते समय चाहे जितना बल लगाऊँ मल नहीं निकला, वरन् बल लगाते समय ऊपर को चढ़ जाता है, और सदैव यही मालूम होता है, कि मानो मुख की ओर से आहार निकला जाता है। किन्तु वमन कभी नहीं होता, केवल जी मचलाता रहता है, और लार अधिक आती है। शिर में कठिन पीड़ा रहती है। ग्रीवा से कटि तक पृष्ठ की हड्डियों में भी अत्यन्त पीड़ा रहती है। ग्रीवा की नसें खिची और अकड़ी रहती हैं। सम्पूर्ण शरीर की नसों में पीड़ा मालूम होती है, और सदैव मन में बुरे वा व्यर्थ विचार आते रहते हैं। किसी काम में जी नहीं लगता; सदैव प्रमादसा रहता है। नेत्रों पर बहुत सा भार मालूम होता है। नेत्रों की दृष्टिशक्ति भी धुन्धली मालूम होती है। इसके अतिरिक्त मुझे सोजाक भी है। परन्तु उससे अधिक कष्ट नहीं है, केवल मूत्र पीला और जल कर आता है, इस का भी बहुत इलाज कर चुका हूं आराम नहीं होता है। इस को हुए ५ वर्ष हो चुके हैं. कोष्ठबद्धता होने से पहिले यह रोग उत्पन्न हुआ था, इस समय मेरी आयु २२ या २३ वर्ष की है" ।

इस प्रकार से और बहुत से पत्र प्राप्त होते हैं। प्रायः श्रीमान् यह लिख कर कि केवल थोड़ी कोष्ठबद्धता रहती है और मैंने न कोई दुष्कर्म्म किया है, और न व्यभिचार किया है, आहार भी खाता हूं, परन्तु न मालूम दिन प्रति दिन रोगी क्यों रहता हूं और विविध रोगों का घर क्यों होता जाता हूं। वे उस समय हैरान होते हैं जबकि उनको लिखा जाता है, कि जिस को आप साधारण कोष्ठबद्धता कहते हैं, वही इस दुःख का हेतु है।

धरण पड़ना।

धरण पड़ना क्या है? इस को अभीतक सब डाक्टर नहीं जानते हैं। मुझे स्मरण है, कि एक वार एक मनुष्य ने मेरे सन्मुख एक डाक्टर को आकर कहा, कि मुझे धरण पड़ी हुई है, (अर्थात् नाफ टल गई है) तो उसने हंस दिया था। परन्तु डाक्टर साहिब हैरान हुए होंगे, जबकि उनकी औषधि ने पेचिश और कबज़ को आराम न दिया, और एक स्त्री ने मल कर सम्पूर्ण कष्ट को दूर कर दिया। डाक्टर लोग नाफ के टल जाने या धरण पड़ जाने को गर्भाशय का इधर उधर हो जाना समझते हैं, परन्तु यह दोनों पृथक रोग हैं। एक में अन्त्रियां इतस्ततः-होती हैं, और एक में गर्भाशय। गर्भाशय के टल जाने के वास्ते चतुर धात्री की आवश्यकता है, और आंत के टल जाने के वास्ते पूर्वजों ने ऐसे नियम नियत किये हैं कि वह सहज में मालूम हो सकता है और उसका इलाज हो सकता है।

मैंने डाक्टरी की जितनी पुस्तकें पढ़ी हैं, उन में से केवल एक डाक्टर ने इसका कुछ वर्णन किया है, किन्तु वह लिखता है, कि परीक्षा बहुत कठिन है। और कोई विधि हम को ज्ञात नहीं हुई है। और जब सब उपाय निष्फल साबित हो तो हम यह समझ लिया करते हैं। परन्तु यदि वे भारतवर्ष की तुच्छ धात्री के शिष्य बनते तो अवश्य परीक्षा कर सकते।

वह लिखते हैं

कि कोष्ठबद्धता का एक और भी कारण है, जोकि केवल

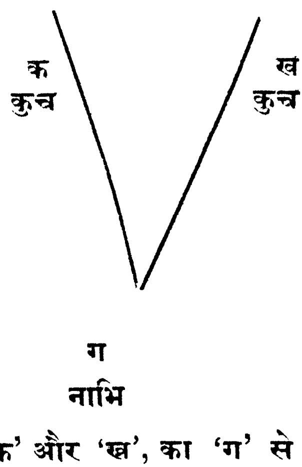
एक साहिब ने जिस को कोष्ठबद्धता के असंख्य रोगियों को देखने का अवसर हुआ है, वर्णन किया है । और वह तो लिखता है यह प्रायः होता है, यद्यपि डाक्टर समझते नहीं हैं । इस में अन्त्रियां अपने स्थान से हट जाती हैं, और पीड़ा भी थोड़ी २ होती रहती है ।

इस की परीक्षा के बहुत से उपाय हैं:—

✓प्रथम रोगी को सीधा लिटा कर अंगूठा और उस के साथ की दो अंगुलियों को नाभि के ठीक मध्य में रख कर दबाते हैं, यदि फड़कती हुई शिरा नीचे हो तो यह रोग नहीं है । और यदि वह शिरा वहां अनुभव न हो और कहीं आस पास हो, तो जान लो कि धरण पड़ी हुई है ।

दूसरी विधि यह है

कि नाभि से लेकर कुचाग्र तक का अन्तर यदि एक जैसा न हो, तो जान लो कि नाभि टल गई है, चित्र निम्न लिखित है:—



अर्थात् यदि 'क' और 'ख', का 'ग' से समान अन्तर है तो धरण नहीं पड़ी है । यह एक धागा से नापा जा सकता है । परन्तु स्मरण रहे कि स्त्री का यह अन्तर नापा नहीं जा सकता है, क्योंकि उसके कुच छोटे बड़े हो सकते हैं ।

धरण पड़ने की औषधियां भी बहुत सी हैं, सब से प्रथम

पेट पर मालिश करना है, जोकि सीखने से आ सकती है । मालिश से अन्त्रियां अपने आप ठिकाने आजाती हैं । मालिश के पश्चात् थोड़ा आराम करना चाहिए और थोड़ी सी कोई वस्तु खा लेनी चाहिए। जब नाभि के नीचे नाड़ धड़कने लग जावे तो जान लेवे कि अब ठीक हो गई।

पांव के अंगूठे और धरण का बहुत सम्बन्ध है, इस वास्ते जिन को सदैव धरण पड़ती है वे अंगूठे में छल्ला चढ़वाते हैं । या धागे से बांध लेते हैं। जिस से आराम रहता है। रान में भी ऐसा ही सम्बन्ध है। और वहां एक स्थान है जिस के दबाने से अपने आप आंतें निज स्थान पर हो जाती हैं।

पिण्डलियों को मलना भी उत्तम है । नकछिकनी और गुड़, सम भाग मिला कर जंगली बेर प्रमाण गोलियां बनावें, एक गोली खाने से धरण पड़ने का रोग दूर हो जाता है।

पाठक गण !

आप ने कोष्ठबद्धता के संक्षिप्त कारण सुन लिये, अब इलाज की ओर आप का ध्यान आकृष्ट करता हूं । परन्तु स्मरण रक्खें कोष्ठबद्धता की चिकित्सा के वास्ते समय, धैर्य्य और सन्तोष की आवश्यकता है। वैद्य कोई जादूगर नहीं हैं । लम्बे रोग की चिकित्सा लम्बी ही होगी। इस वास्ते सन्तोष पूर्वक इलाज कराओ और सब नियमों को पालन करो । वैद्य सम्मति दे सकता है, और बुरे इलाज से अवगत कर सकता है, उनका पालन करना रोगी का काम है। बाज़ रोगियों को देखा है कि अभी कोई अच्छा परिणाम प्रकट होना आरम्भ भी नहीं होता है कि वे इलाज छोड़ देते हैं।

रोग की चाल बहुत मन्द होती है, वर्षों ही बीत जाते हैं, जब मवाद इकट्ठा होते २ फिर दुःख का हेतु होता है । इसी वास्ते इलाज भी धीरे २ होना चाहिये, एक दिन के वास्ते क़बज़ खोलना हो तो और बात है । कोष्ठबद्धता रोग को देर लगती है, मासों और कई बार सालों में पूरा स्वास्थ्य होता है।

एक डाक्टर साहिब लिखते हैं:—

कि जब हम कोष्ठबद्धता कह कर इलाज को कुछ मास भी जारी रक्खें तो यह सर्वथा अनुचित मालूम देता है, और लोग कहते हैं, कि साधारण कबज के वास्ते इतनी देर! शोक का विषय है। परन्तु जब कोष्ठबद्धता के स्थान में हम Intestinal paralysis आदि नाम लेते हैं, कि जिससे सर्व साधारण अवगत नहीं हैं, तो यदि वर्ष तक भी इलाज जारी रक्खा जाय, तो रोगी का मन उदास नहीं होता है। यदि मन लगा कर रोगी इलाज कराता रहे और इलाज के दिनों में भी कोष्ठबद्धता बार २ हो जाने से न घबराय, और चिकित्सा उस समय तक करता रहे जब तक कि रोग सर्वथा दूर न हो जावे, तो परिणाम बहुत उत्तम निकलता है। और इस के विपरीत इलाज नियमपूर्वक न हो, तो रोग दिन प्रति दिन बढ़ता जाता है। इलाज के वास्ते न कोई विशेष औषधि हमेशा देने की आवश्यकता होती है, और न किसी कठिन नियम के पालन की आवश्यकता होती है। थोड़े से नियमों का ध्यान रखना प्राकृतिक नियमों के अनुकूल जीवन व्यतीत करना प्रायः इलाज हुआ करता है, तजुर्बेकार और सुयोग्य वैद्य ही इस का पूरा इलाज कर सकता है। सब से पहिले कारण को मालूम करना और उसे दूर करना चाहिये। क्योंकि कारण बहुत से होते हैं, रोग की परीक्षा में समय और मन लगा देना चाहिये, मैं उद्योग करूंगा कि अगले पृष्ठों में कोष्ठबद्धता का सविस्तर इलाज वर्णन करूं।

एनीमा या वस्ति।

कोष्ठबद्धता के इलाज में वस्ति जिस को अंग्रेजी में एनीमा और युनानी में हुकना कहते हैं बहुत ही आवश्यक है और इस वास्ते हम सब से प्रथम इस का वर्णन करते हैं, विलायत में इस समय ऐसे बहुत से डाक्टर हैं जोकि वस्ति से सर्व रोगों का इलाज करते हैं, पुस्तकें लिखते समय वे इस विधि को ही न्यूहा-इजीन (नूतन स्वास्थ्य विधि) के नाम से उच्चारण करते हैं। और नीरोग मनुष्यों के वास्ते भी प्रेरणा करते हैं, कि यदि इस को कभी

२ करें, तो कदापि रोग ग्रस्त नहीं हो सकते । जैसे कि मैं पहिले सविस्तर लिख चुका हूं, कि वह कोलन (बड़ी अन्त्री) को ही सर्व रोगों का घर समझते हैं, यहां से ही मवाद फासिद उठ कर रुधिर में सम्मिलित होता है, और विविध रोग उत्पन्न करता है । जिस प्रकार घर की मोरी को साफ़ न रक्खा जावे, तो घर दुर्गन्धयुक्त होकर घर वाले रोगी हो जाते हैं, इसी प्रकार शरीर की मोरी यदि साफ़ नहीं है, तो सम्पूर्ण शरीर दुर्गन्धित होकर रोग उत्पन्न होंगे ।

विदित हो

कि डाक्टरी में अनीमा, युनानी में हुकना, और वैद्यक में वस्ति कर्म पहिले से ही प्रचलित हैं । और वैद्यों ने इस को यहां तक पूर्णता को पहुंचाया है कि १८ विधियों से इसका वर्णन किया है, परन्तु भारतवर्ष में अज्ञानवश बहुत काल से इन का प्रचार उठ गया था । डाक्टरों में प्रचलित था, परन्तु केवल इतना कि घोर कोष्ठबद्धता के अवसर पर वह एरण्ड तैल, या साबुन मिला कर गरम पानी प्रविष्ट करते हैं । परन्तु न्यूहाईजीन के प्रचारक कहते हैं, कि इतना पानी प्रविष्ट किया जा सकता है, कि सम्पूर्ण आन्त भर जावे, और साफ कर दे । और वे कहते हैं कि सब रोगों का यही इलाज है ॥

हम इस विषय को स्पष्ट करने के वास्ते इस इलाज न्यूहाई जीन के आविष्कर्ता डाक्टर विल फार्ड हाल अमरीका निवासी का वर्णन करते हैं:—

डाक्टर साहिब ने अपने स्वस्थ होने का कारण बतलाया था और एक छोटी सी पुस्तक में उसका हाल लिख कर मुद्रित किया था । वह पुस्तक बड़े मूल्य पर मिलती थी, और जो लेता था, उस को प्रतिज्ञा करनी पड़ती थी कि किसी दोस्त को न दिखावेगा इस प्रकार यह विधि बहुत प्रसिद्ध हो गई ।

डाक्टर विलसन ने जो पुस्तक न्यूहाईजीन पर लिखी है, वह सब से अधिक प्रसिद्ध है, इसका पूरा वर्णन तो इस जगह आ नहीं सकता, तथापि इस का बहुत कुछ मतलब आ जावेगा ।

निम्न लिखित वृतान्त डाक्टर विल फोर्ड हाल साहिब की पुस्तक का सारांश है।

डाक्टर विलफोर्ड हाल, अमेरिका के प्रथम दर्जे के वैज्ञानिक, एक बार क्षय रोग से बीमार हो गये, उनके पारिवारिक चिकित्सक ने उत्तर दे दिया और कह दिया कि एक फुफ्फुस सर्वथा खराब हो चुका है, और अब जीने की आशा नहीं, विल ने फिर और प्रसिद्ध २ अमेरिका के डाक्टरों से परीक्षा कराई, और शोक कि सब ने शिर हिला दिया। डाक्टर साहिब ने अपने पत्रों में अपनी दशा यूं लिखते हैं:—

"इस समय मेरे शरीर से मांस सर्वथा कम हो गया था, और मेरा रूप एक पिंजर का सा था, चेहरे पर जीने के लक्षण सर्वथा दिखाई नहीं देते थे। और कमरे से बाहिर जाने की शक्ति न थी"।

तथापि उस ने यह दृढ़ इच्छा करली कि वर्तमान रोगी अवस्था से, जिस ने मुझे विवश करके मेरे सर्वान्तरिक अङ्गों को जकड़ दिया है, छुटकारा पाने का अवश्य यत्न करूंगा। क्योंकि "मैं कम से कम पूरा उद्योग करने के विना उन के निश्चय को मानने को तैयार न था"।

डाक्टर साहिब दो सप्ताह इसी चिन्ता में निमग्न रहे, और अन्तिम सिद्धान्त यह निकाला कि वस्ति (हुकना) केवल सर्व रोगों का इलाज है, परन्तु यहां उन के १४ दिन के मनोरञ्जक वृतान्त अंकित करने की आवश्यकता नहीं है।

डाक्टर हाल के अनुसन्धान का आधार यह है, कि बड़ी अन्त्री में दूषित मल संग्रह होता है और उस के, अन्त्री के चक्रों में चिपट जाने के कारण जो दुर्गन्ध उत्पन्न होती है उस से शारीरिक मैशीन के आन्तरिक पुर्जे मैले और खराब होकर उन के कामों में विघ्न डाल देते हैं, और उन्हीं की खराबी से विविध प्रकार के रोग उत्पन्न होते हैं।

(इस जगह कोलन (बड़ी अन्त्री) की व्याख्या को जो पीछे की जा चुकी है फिर देख लेना चाहिये) ।

जब डाक्टर साहिब इस सिद्धान्त पर पहुंच गये और उन्होंने रोगों का असल कारण मालूम कर लिया, तो उन को अपने जीवन के बचने की कुछ आशा दिखाई देने लगी । अब प्रश्न यह था, कि बड़ी अन्त्री को कैसे साफ किया जाय ? औषधियों से वह उपराम चित्त हो चुके हैं, रेचक गोलियां लाभ के स्थान में हानि करती हैं, क्योंकि उन का गुण ही यह होता है कि जमे हुए मल को पतला करके तरल कर देती हैं जिस से कोलन की तह में जमे हुए ठोस मवाद में से घुल कर किसी कदर मल विरेचन द्वारा बाहर निकल जाता है । जिस से बल घट जाता है, जब बल ही घट गया तो शरीर रोगोत्पादक परमाणुओं को दूर कैसे कर सकता है । वह तो उलटा रोग को बढ़ावेगा । अस्तु डाक्टर साहिब ने दृढ़ प्रतिज्ञा करली, कि यदि किसी विधि से मैं आंतों को गरम पानी से भर दूं जो भीतर जाकर तहों और चक्रों में जमे हुए मल को हिला दे, तो सफाई भी खूब हो सकती है, और इस शरीर को कोई हानि भी नहीं पहुंचती । इस समय लिखते हैं:—

"मुझे पता नहीं था कि कितना पानी सहज से बड़ी अन्त्री में ठहर सकेगा, या यह कि रोगावस्था में कितना आकृष्ट किया जा सकता है, अब मेरे लिये आवश्यक हुआ कि इसकी क्रिया करके मालूम करूं परन्तु कोई विधि इस के जानने के लिए वर्तमान न था मेरी भयानक रोगावस्था ने मुझे अपने शरीर से उदासीन बना दिया था, जिसे अब मैं विद्या के लिये अर्पण करके केवल साइन्स का कार्य्यालय अनुभव करता हूं" ॥

सारांश यह है कि:—

उपर्युक्त डाक्टर साहिब ने पहिले साधारण अनीमिया की सहायता से ५ छटांक पानी ऊपर चढ़ाया, पानी के निकलने पर शान्ति दायक और आनन्दकारी प्रभाव जान पड़ा, दूसरे तजुर्बे में १० छटांक पानी आकृष्ट किया जिस का प्रभाव पहिले दिन से

भी अधिक उत्तम मालूम हुआ, और रोग में थोड़ी सी न्यूनता हो गई। इस तजुर्बे के २—३ दिन पश्चात् फिर उद्योग किया कि इस बार लगभग सवा सेर इतना गरम पानी कि जिसको हाथ सहज में सहन कर सके मलाशय तक पहुंचाया जाय, और पानी के साथ कुछ साबुन भी मिला दिया था, अब पहिले अधिक दूषित मल बाहर निकला, और कोई कष्ट या व्याकुलता भी नहीं हुई। जिस से डाक्टर साहिब ने निश्चय किया कि अन्य तत्त्ववेत्ताओं ने जो छटांक पानी से अधिक भीतर लेजाना वर्जित किया है, सर्वथा मिथ्या है। पानी को सगमाइड फलकसचर से आगे कोलन में जाना चाहिए।

दो दिन पश्चात् चौथी वार अनीमा (वस्ति) किया, इस बार पौने दो सेर पानी आकर्षण किया, और १० मिण्ट तक इच्छा शक्ति के बल से रोके रक्खा, इस चौथे तजुर्बे पर एक आश्चर्य दायक परिवर्तन आमाशय के भीतर उत्पन्न हुआ। पानी निकलने के आध घण्टा बाद जब कि वह सुख से लेट रहा था इतने जोर से क्षुधा लगी कि वह विवश होकर रसोई घर में पहुंचा और वहां जो कुछ मिला खा लिया। ३ दिन के पश्चात् उसने ३॥ सेर से भी अधिक पानी आकर्षण किया, इस से कोलन सर्वथा साफ हो गया, चिरकाल के सुद्दे और पीब सब निकल गए, शरीर के भीतर बल और फुरती प्रगट हुई।

डाक्टर हाल ने थोड़े पृष्ठों की जो पुस्तक स्वस्थ होने पर अपनी कृतकार्य्यता के विषय में लिखी थी, उस का मूल्य उस ने २०) रक्खा था, जो इसे खरीदता था उसे प्रतिज्ञा करनी पड़ती थी कि वह किसी और को नहीं दिखावेगा। इस पुस्तक में डाक्टर साहिब एक जगह लिखते हैं:—

"मैं उस समय से अब तक जिस को ४० वर्ष का अर्सा बीता, बराबर दूसरी या तीसरी रात इस स्वास्थ्यदायक उत्तम विधि को करता रहता हूं, और पूरी सत्यता के साथ कह सकता हूं, कि उस स्मरणीय समय के पीछे हजारों बार इतनी प्रबल क्षुधा अनुभव करता हूं, और वह केवल कोलन के साफ करने के आध घण्टा

पीछे, जब छोटी आंत और मवाद अपनी जगह पर बैठ जावे। मैं यह भी दावे से कह सकता हूं, कि उस समय से जब कि प्रारम्भिक तजुरबा कर रहा था, क्या स्वास्थ्य के विचार से, और क्या भार के विचार से, बराबर बढ़ता गया हूं।

"जब यह कार्य्यारम्भ किया गया, मेरा भार १ मन था, तीन चार सप्ताहों के भीतर मेरा भार डेढ मन होगया, मेरे चेहरे पर स्वास्थ्य की चमक सी प्रगट होने लगी, मेरी खांसी भी शीघ्र कम होने लगी और गुरदों की पीड़ा सर्वथा जाती रही, मेरे फुफ्फुस की पीड़ा जाती रही, और अजीर्ण के सब लक्षण दूर होगए, यहां तक कि उन दिनों से लेकर अब तक भी कभी उपर्युक्त रोगों का आक्रमण नहीं हुआ। मेरे शरीर में स्वास्थ्य, बल और भार बढ़ गए हैं लगभग १२ वर्ष बीते मेरा भार पौने तीन मन था और इतना ही किसी स्वस्थ नवयुवक या वृद्ध का भार हो सकता है, यदि किसी प्रकार की निकम्मी चर्वी न बढ़ जावे। मेरी दशा में तो मेरी चर्वी सर्वथा न बढ़ने पाई थी" ॥

अब मुझे केवल यह बताना है, किः—

अनीमिया (कोलन का धोना) कैसे किया जाता है।

फौन्ट्यन सुरञ्ज या डूश

के नाम से एक बक्स में बन्द सब सामान ४ या ५ रुपये को अंग्रेजी औषधालयों से मिलता है। इस में सब सामग्री जो अनीमिया के वास्ते आवश्यक होती है, वर्तमान रहती है, और निम्न लिखित आकार से प्रगट है। (क) टीन का भपका है, जिस में पानी भर दिया जाता है, उस के नीचे की ओर (ख) स्थान पर एक नाली पानी निकलने की बनी होती है, इस नाली पर रबड़ की नाली अर्थात् रबड़ट्यूब लगा दिया जाता है, रबड़ की नाली ऊपर ही चढ़ा देना पर्य्याप्त है, यह ऐसी लग जावेगी की वायु भी प्रवेश न कर सकेगी, जितनी रबड़ लम्बी होगी उतना ही अच्छा है, ६ से ८ फुट तक तो अवश्य होनी चाहिये। बढ़िया रबड़ट्यूब १) गज के हिसाब से बाजार से मिल सकता है। स्थान (ग)

से (ख) तक यही रबड़ ट्यूब लगा हुआ है। (ग) से आगे एक काला आबनूस की लकड़ी का पेच दो इञ्च लम्बा होता है, रबड़ का दूसरा सिरा इस पर चढ़ाया जाता है, इस की लम्बाई लग भग २ इञ्च होती है, इस से छोटी भी होती है, जो बालकों आदि के काम आती है, इस के सिरे पर छोटा सा छिद्र होता है, ताकि पानी छोटी धार से भीतर जावे, जब आप इसे खरीदेंगे इस का आकार देख कर तुरन्त सब बातें समझ में आजावेंगी।

जब यह सम्पूर्ण सामग्री

लगा लेवें, तो एक हवादार कमरे में चले जावें, चारपाई से चार पांच फुट के ऊपर एक मेख गाड़ कर टीन के भपके को लगावें, इस में शीतोष्ण या साधारण पानी भर देवें, यदि कोष्ठबद्धता हो तो अधिक शीतोष्ण पानी, अधिक कबज हो तो थोड़ा सा साबुन भी मिला सकते हैं। पानी की मात्रा १० छटांक से बढ़ा कर २ सेर तक की जा सकती है, और चारपाई बिछा कर एक मामूली सिरहाना रख कर दांएं करवट लेट जावें, और बांएं हाथ से नाली को गुदा में रख दें। परन्तु स्मरण रहे, कि रखने से पहिले पेच खोलकर पानी को निकाल कर देख लेना चाहिये। ताकि वायु यदि हो तो उस में से निकल जावे, और पानी अच्छी तरह खींचा जा सके। पेच को खोल दो, दो चार सैकण्ड के भीतर ही पानी प्रविष्ट होता हुआ मालूम होगा. ज्यों ही पानी नलके से समाप्त होगा वहां से वायु आवेगी। $\frac{1}{4}$ सेर पानी खींचने में २॥ मिंट से अधिक नहीं लगता है, पानी रैक्टम (मलाशय) से गुजर कर सीगमाइड फलकस्चर के चक्रों में जावेगा, जहां मल जमा होता है, यहां १० छटांक पानी समा सकता है, इस वास्ते यदि पानी उस से अधिक न हो तो केवल सिग्माइड फलेकस्चर साफ होगा। पानी को २ सेर तक पहुंचा कर दूसरा भाग बड़ी अन्त्रि को साफ करना चाहिये, जिस समय पानी मवाद के साथ मिलेगा, उसी क्षण मल त्याग की इच्छा होगी।

यदि इच्छा शक्ति के बल से २ चार मिन्ट या जितना बन पड़े इसी चारपाई पर लेटे करवट लें, और फिर उठ कर बैठ जावें बैठते ही पाखाना की इच्छा होगी, तुरन्त पाखाना जावें, जिस प्रकार चक्रों में पानी गया था, अब उसी प्रकार क्रमशः निकलना अरम्भ होगा, और प्रति दिन से कुछ अधिक समय लगेगा। जब भली भांति शौच होजावे, उठ जावें, ५-१० मिनट के पीछे फिर थोड़ी सी आवश्यकता प्रकट होगी, परन्तु शौच जाने की कोई आवश्यकता नहीं। जो मनुष्य इसका पहिले पहिल आरम्भ करे तो उस समय वर्षों की जमी हुई तहों को निकालता है, इस लिये एक मास या जैसी दशा हो, दिन में २ बार (प्रातः ६-७ बजे, सायम् ५ बजे) इस कर्म को करना चाहिये। पानी की मात्रा बढ़ाते जावें, और इच्छा शक्ति से भीतर रखने का समय बढ़ाते जावें, जब तक निश्चय न हो जावे कि कोलन सर्वथा साफ हो गया है, तब तक प्रति दिन इस को करते रहें, इस के पश्चात् तीसरे चौथे दिन या सप्ताह में एक बार वस्ति कर्म किया करें, तो रोगों के भय से सुरक्षित होजावें।

सूचनाएं।

वस्ति कर्म के पश्चात् क्षुधा बहुत लगती है, और यही उस के अत्यन्त गुणकारी होने का लक्षण है, परन्तु ध्यान रक्खें कि आध घंटा पश्चात् तक कोई वस्तु न खानी चाहिये, क्षुधा तो ऐसी लगती है कि सारी आयु में कभी ना लगी हो, परन्तु इस को रोकना चाहिए, क्यों कि आन्तें इस समय ढिली हुई होती हैं।

दूसरी बात स्मरण रखने की यह है, कि वस्ति के पश्चात् आहार नरम और शीघ्र पचने वाला दाल चावल फलादि, साबूदाना आदि खाना चाहिए।

इतना लिखने के पश्चात् आवश्यक मालूम होता है, कि संक्षिप्त और अति संक्षिप्त शब्दों में वैद्यक और युनानी की विधि से भी वस्ति का वर्णन किया जावे। अनीमिया को वैद्यक में वस्ति और युनानी में हुकना कहते हैं।

वस्ति का वर्णन।

वस्ति दो प्रकार की है अनुवासन वस्ती, व निरूहण वस्ती। घृत तेलादि चिकनी वस्तुओं से जो पिचकारी की जाती है उस को अनुवासन; और जो किसी काथ या पानी आदि से वस्ती की जाती है, वह निरूहण है। चाहे उस में तेल आदि भी मिला हो। इस से भिन्न एक और उत्तर वस्ती है जो शिश्न द्वारा की जाती है, और इस से मूत्राशय व वीर्य सम्बन्धी रोग दूर होते हैं। जो छोटे प्रकार हैं, उन का भी संक्षिप्त वर्णन आगे होगा। अनुवासन वस्ती का एक प्रकार उत्तर वस्ती है। और इस तरह चार बड़े भाग बनते हैं।

अनुवासन वस्ती

कुष्ठ रोगी, प्रमेह रोगी, कठोर उदर वाले, (अर्थात् जलोदर, कठोदर, आदि) को न देवे; और अपाचन, उन्माद, तृष्णा, मूर्छा, अरुचि, भय, खांसी क्षई रोग वाले को भी यह वस्ति न देवे, जिस की जठराग्नि तेज हो, और जिस के भीतर बहुत ही रुक्षता हो, या वात रोगों में ग्रस्त हो, उस को यह वास्ति उचित है, इस वस्ती के लिए नली, सोना या नरसिल या हाथी दांत की बनाकर उस का अग्र भाग बिल्लौर या सूर्यकांत मणि का बनावे। (आज कल डाक्टरी दुकानों पर डूश बने बनाए मिलते हैं, उन में यह नली एक साफ स्याह लकड़ी की होती है, और उसका अग्र भाग भी लकड़ी का होता है, जो कि काम दे सकता है) यह नली १ वर्ष से ६ वर्ष तक के बालक के वास्ते ६ अंगुल, ६ वर्ष से १२ वर्ष तक के वास्ते ८ अंगुल, और इस से ऊपर १२ अंगुल लंबी होनी चाहिए। १२ अंगुल की ही आज कल मिलती है।

पिचकारी के वास्ते जो छिद्र हो वह पहिली में मूंग, दूसरी में मटर और तीसरी में बेर की गुठली के बराबर होना चाहिए। और यह ऊपर नीचे से छोटी और बीच में मोटी हो, पिछला भाग रोगी के अंगुष्ठ के समान हो, अग्रभाग अनामिका अंगुली के समान करके आगे से गोल करना चाहिये, (इनका आज कल

ध्यान नहीं किया जाता है, विलायत से एक ही प्रकार की बन कर आती है)। इस नली के चौथे भाग में एक रबड़ या हिरण या महिषादि के अण्डकोष को लगा देवें, (पहिले इसी प्रकार फुंकनी लगे हुए हुकनों की प्रथा थी, और अब भी वैसे मिल जाते हैं, परन्तु आज कल वस्ती की जो विधि प्रचलित हुई है, जिसका ऊपर वर्णन हो चुका है, सहज है और रबड़ की फुंकनी नहीं वरन् रबड़ की लम्बी नाल के द्वारा उत्तम काम निकलता है) स्मरण रहे कि आन्तरिक फोड़े के वास्ते जो पिचकारी की जाती है, वह १२ अंगुल के स्थान में १८ अंगुल होती है और छिद्र भी छोटा होता है ।

लिखा है कि वस्ती को उत्तम रूप से करने से शरीर बढ़ता है, दृढ़ और सुन्दर होता है, स्वास्थ्य और दीर्घायुष्य का हेतु है। वसंत ऋतु में वस्ती सायंकाल किया करें । ग्रीष्म और शीत ऋतु में रात्रि का समय अच्छा है, रोगी को बहुत स्निग्ध वस्तुएं खिला कर यह पिचकारी न करे । इस से मूर्छा का भय है । परन्तु अत्यन्त रुक्ष वस्तुऐं भी खिलानी न चाहिये । यह पिचकारी जवान को लगभग १॥ पाव, मध्य बल वाले को लगभग २ छटांक, और निर्बल को १॥ छटांक चिकनाई से करे। इस चिकनाई में शतावर और सेंधा नमक २-४-६-माशा सामर्थ्यानुसार डाल लेना चाहिये। स्वास्थ्य के वास्ते यदि लेना है, तो पहिले जुलाब करावे। और एक सप्ताह पीछे वस्ती करावे।

अनुवासन वस्ती करने से पहिले उष्ण जल से हलका पसीना निकाले, शरीर में तेल लगावे, और पतले चावल, या साबूदाना आदि खिला कर थोड़ा टहलावे, यदि शौचादि की आवश्यकता हो तो करावे, रोगी को बाईं करवट पर बायां पांव पसरावे, और दाहिने को सिकोड़े, फिर गुदा को स्निध करके पिचकारी करे, और छींकने व खांसने से उसको मना कर देवे, दस जितनी देर गिना जावे उतने देर तक रोगी को चित लेटने दे । रोगी को इस समय अपना सम्पूर्ण शरीर ढीला छोड़ देना चाहिए। रोगी के हाथ पांव के तलुओं में तीन बार हलकी ताली मारें, और कुल्हे (वंक्षण)

तथा कटि भाग में भी हलकी ताली मारे। और फिर रोगी को उठा कर बिठला देवे। जब वह तैल वायु और मलके साथ निकल जावे, और यदि कष्ट न हो, तो जानलो कि वस्ती ठीक हुई है।

इसके पश्चात् सायं समय यदि क्षुधा लगे तो थोड़ा हलका आहार दें, और पानी दूसरे दिन शीतोष्ण पीने को देवें। उत्तम हो, यदि धनिया और सोंठ का काढ़ा करके देवे, ताकि प्रकृति ठीक हो जावे। इसी प्रकार जैसा रोग हो ६ से १० वार तक पिचकारी करनी चाहिये।

पहिली बार की पिचकारी से शरीर की खुश्की दूर हो, धातु बढे। दूसरी वार की पिचकारी शिर की वात दूर करे, तीसरी पिचकारी और सुन्दरता देवे, चौथी और पांचवीं पिचकारी से रक्त और रस बढे, छठी और सातवीं पिचकारी से मांस और मेदा में चिकनाई आवे, आठवीं और नवीं पिचकारी से मज्जा और वीर्य की रुक्षता दूर होकर चिकनाई आवे। इस प्रकार से नौ और नौ अठारह पिचकारियां करे तो वीर्य्य के सर्व रोग दूर हों और ३८ पिचकारियां करने से सर्व रोग दूर होकर अत्यन्त बल आवे, और रंग रूप निखरे।

वात और रुक्षता बहुत हो तो, यह वस्ती प्रति दिन दिया करे, जो रोगी कफज प्रकृति का हो, और उदर रोगों में ग्रस्त हो, वह निरूहण वस्ती करे। यदि रोगी का शरीर चिकना हो तो, अनुवासन वस्ती का तैलादि भीतर जाते ही बाहर आजाता है, ऐसी दशा में इसके पश्चात् तुरन्त निरूहण वस्ती कर देनी चाहिए।

यदि रोगी को विरेचनादि नहीं दिया हुआ है, तो प्रायः तैल भीतर रह जाता है। जिससे अफारा, श्वास, शूलादि होता है। इस के वास्ते निरूहण वस्ती पुनः देना चाहिए। या कोई तीक्ष्ण विरेचन देवे। तीक्ष्ण नस्य इस समय देने से किसी २ समय जोर से चिकनाई बाहर आजाती है।

कभी २ अत्यन्त रुक्षता-ग्रस्त रोगी के भीतर से तेलादि नहीं निकलते हैं, एक दिन रात्रि प्रतीक्षा के पश्चात् विरेचन देना चाहिए, और फिर अनुवासन वस्ती से भी यह उद्देश्य कभी २

सिद्ध होता है। सुश्रुत में लिखा है, कि उचित रूप से इस को न करने से ७६ प्रकार के रोग होते हैं। और इनका इलाज भी वहां ही लिखा है। परन्तु यहां उन के लिखने की आवश्यकता नहीं है।

अनुवासन वस्ती को स्नेह वस्ती भी कहते हैं, इस के वास्ते एरण्ड तेल भी वर्ता जासकता है। डाक्टर लोग गरम पानी मिलाकर एरण्ड तेल की जो पिचकारी करते हैं वह निरूहण वस्ती है।

निम्न लिखित तेल शार्ङ्गधर में लिखा है, और अत्यन्त हितकर हैः—

"गिलोय, एरण्ड की जड़ करञ्जुआ की बकली, भारङ्गी, अडूसा, खस, शतावरी, पयाबांसा, कौड़ा डोंडी, (जो बेरी आदि के वृक्षों पर गोल सी लगी मिलती है,) प्रत्येक ४ तोला, यव अडूसा, अलसी, बेर की गुठली, कुल्थी, प्रत्येक ८ तोला, सब औषधियों को कूट, पानी १० सेर डालकर औटावे, जब दो सेर रहजावे, तो उतार कर मल छान ले, पश्चात् सरसों का तेल एक सेर इस में डाल कर और जितनी औषधियां ४–४ तोला ले कर महीन पीस कर मिलावें और जब केवल तेल शेष रह जावे तो उतार कर छान ले इसका नाम 'अनुवासन तेल' है। और सब प्रकार के वातज रोग इस से वस्ती करने से जाते रहते हैं।

जीवनीय औषधियों के नाम यह हैं, यदि इन में कोई न मिले तो न डालेः—जीवक, ऋषभक, मेदा, महामेदा, काकोली, क्षीर काकोली, ऋद्धि, वृद्धि, मुद्गपर्णी, माषपर्णी, जीवन्ती, मुलेठी।

निरूह वस्ती।

निरूह वस्ती के विविध दशाओं में विविध नाम होते हैं। निरूह वस्ती को अस्थापन कहते हैं। यह वस्ती वात आदि दोषों को दूर करती है, और दोष व धातुओं को अपनी २ जगह ठहराती है। निरूह वस्ती में जो क्वाथ आदि हो, तो वह सवा सेर, एक सेर, या न्यून से न्यून ३ पाव होना चाहिए।

छाती शूल, कृशता, अफारा, वमन, हिक्का, बवासीर, खांसी, श्वास, गुदशूल, शोथ, अतिसार, विषूचिका, कुष्ठ, मूत्रमेह, जलोदर, इत्यादि रोग ग्रस्त, और गर्भिणी को निरूह वस्ती न कराना चाहिये।

वातज रोग, उदावर्त रोग, वातरक्त, विषमज्वर, मूर्छा, तृषा, जलोदर, अफारा, मूत्रकृच्छ, पथरी, रक्त प्रदर, मंदाग्नि प्रमेह, शूल, हृद्रोग, पाण्डु, डकार, आदि में निरूह वस्ती योग्य है। निरूहवस्ती देने से प्रथम रोगी को कहो कि मलमूत्र से निवृत्त हो ले और उस समय भोजन भी न किया हो। स्वेदादि से यदि मवाद निकाला जा चुका हो, और स्नेह पदार्थ पहिले खा चुका हो, तो उत्तम है। दोपहर को निरूह वस्ती देवे, इस के पश्चात् इस क्वाथ व तेल को कुछ देर भीतर रख कर आध घण्टा अकड़ कर बैठना चाहिए। इस से सब कुछ बाहर निकल जावेगा। यदि न निकले तो यवक्षार, गोमूत्र, लैमू का रस, सेंधा नमक, सब मिलाकर फिर वही निरूह वस्ती कर देवे, पहिली औषधि भी और यह भी बाहर आजावेगी। निरूह वस्ती के पश्चात् यदि शरीर हलका प्रतीत हो तो यह उत्तम लक्षण है, और शरीर भारी, वस्ती स्थान में पीड़ा और अरुचि आदि हो तो जानो कि ठीक नहीं हुई है। यह ध्यान रखना चाहिए कि वातज रोग में क्वाथ में तेल मिला लेना चाहिए, यथा एरण्ड तेल। और पित्तज रोगों में दूध मिला लेना अच्छा है। और यदि कफज रोग हो तो तेल न मिलावे, और दूध, हरड़, आमला, सोंठ, कुलथी, या इसी प्रकार की अन्य वस्तुओं का काढ़ा करके वस्ती देनी चाहिए। (क्योंकि कफ उष्ण रूक्ष औषधियों से दूर हो सकता है। इस प्रकार दो चार बार की हुई वस्ती पर्याप्त है। केवल पानी की महीनों तक करने से भी कुछ नहीं बनता) सुकुमार, बालक, वृद्ध, आदि को हलकी पिचकारी करनी चाहिए, योग्य वैद्य ऐसी वस्ती देवे, कि दोष खड़े हों, फिर ऐसी वस्ती देवे कि दोष निकल जावे, फिर ऐसी वस्ती देवे कि दोष धातु अपने २ स्थान पर बैठ जावें, और शरीर हलका और खुश होवे। दोष खड़े करने वाली को 'उत्क्लेश वस्ती', दोष दूर कर देने वाली को 'दोष

हर वस्ती', दोषों को शुद्ध करने वाली को 'शोधन वस्ती' और अपनी जगह पर बिठलाने वाली को 'दोष शमन वस्ती' कहते हैं, अतः इनको वारी २ किया जावे तो बहुत हितकर है।

उत्क्लेश वस्ती

के वास्ते एरण्ड बीज, महुवा फल, पीपल, सैंधा नमक, वच, हाऊबेर, मदनफल, इनका क्वाथ वस्ती में प्रयोग करे।

दोषहर वस्ती

के वास्ते सोंठ, मुलेठी, बिलगिरी, इन्द्रयव, समान भाग ले कर कांजी व गोमूत्र में महीन पीसकर मल छान कर देवे।

शोधन वस्ती

में निशोथ, हरड़, या आमलतासादि, का क्वाथ करके, उस में सैंधा नमक मिला कर मथानी से मथ कर, इस की वस्ती करें।

दोष शमन वस्ती

में फूल प्रियंगू, महुवा के पुष्प, नागरमोथ, रसौंत, यह चारो औषधियां समान भाग लेकर दूध में महीन पीसकर, दोष शमन करने के लिये देवे।

लेखन वस्ती

त्रिफला के काढ़े में मधु, यवक्षार, गोमूत्र, मिलाकर वस्ती देने को कहते हैं, इस वस्ती के करने से स्थूलता दूर होती है।

बृंहण वस्ती

यह वस्ती वीर्य रोगों को दूर करती है, वीर्य और पुरुषार्थ को बढ़ाती है, मूसली, गोखरू, कौंच बीज आदि पौष्टिक औषधियों का काढ़ा कर के उस में महुवा पत्र और द्राक्षादि मीठी वस्तुओं का क्वाथ मिलाकर, और घृत व मांस का रसा मिलाकर वस्ती करनी चाहिए।

पिच्छल वस्ती

यह वस्ती दोषों को पतला करती है, ताकि वह शीघ्र निकल

जावे, बेर की छाल, नारङ्गी, गोंदी की छाल, सीसम की छाल धमासा, सोंठ, समान भाग दूध में पीसकर इस में छाग, मेंढा, या हिरण का रुधिर मिला कर योग्य वैद्य किया करते हैं।

मधु तैलक वस्ती

एरण्ड की जड़ का काढ़ा ३२ तोला, मधु १३ तोला तिल का तेल या एरण्ड तेल १ तोला, सौंफ, सेंधा नमक प्रत्येक २ तोला, इन को एकत्र करके मथानी से मथ लेवें. स्थूलता, गुल्म, उदर-कृमि, प्लीहा, कोष्ठबद्धता, धातु क्षीणता, मंदाग्नि, को यह वस्ती, बहुत हितकर है।

दीपन वस्ती

मधु, दूध, और घृत प्रत्येक ८ तोला, हाऊबेर और सेंधा नमक, १-१ तोला, महीन पीसकर वस्ती करे, तो यह वस्ती पाचन शक्ति को बहुत बढ़ाती है।

सिद्ध वस्ती

बृहत् पञ्चमूल का काढ़ा कर के तेल, पीपल चूर्ण, सेंधा नमक, महुआ की लकड़ी का गूदा, समान भाग चूर्ण करके, काढ़े में डाल कर वस्ती करे, यह वस्ती सर्व रोगों को हितकर है।

युक्त रथ वस्ती

एरण्ड की जड़ का काढ़ा कर के उस में मधु और तेल डालें फिर इस में सेंधा नमक, बच, पीपल, मदन फल, यह चार औषधियां समान भाग लेकर चूर्ण करे, और उपर्युक्त क्वाथ में मिला कर पिचकारी करे। यह वस्ती सर्व रोगों में हितकर है, इस से विरेचन खूब होता है।

नोट—वस्ती कर्म करने के पश्चात् उष्ण जल से स्नान करावे और दिन में सोने न देवे। और अजीर्ण न होने देवे। और जैसा स्नेह वस्ती में वर्णन हो चुका है।

उत्तर वस्ती

बारह अंगुल की लम्बी नली हो, उस के मध्य कमल पत्र

कानों की भांति लगे हों, और नली मालती पुष्प के डन्ठल के समान हो, और अग्रभाग इतना हो कि, सर्षप बीज भीतर चला जावे। १५ वर्ष की आयु से प्रथम २ तोला और उस के पीछे ४ तोला औषधि से यह पिचकारी की जा सकती है, निरूह वस्ती के पश्चात् स्नान भोजन कर के आसन पर घुटनों के बल बैठ कर यह उत्तर वस्ती अर्थात् सलाई चिकनी कर के लिंगेन्द्रिय में पिचकारी देवे। स्त्रियों के यदि पिचकारी देनी हो, तो यह नली कनिष्ठिका अंगुली के समान मोटी होनी चाहिए, और १० अंगुल लंबी हो। और जिस में मूंग का दाना चला जावे इतना छिद्र होना चाहिए, योनि के भीतर ४ अंगुल प्रविष्ट कर के पिचकारी करना चाहिए। यदि स्त्री के मूत्रमार्ग में पिचकारी मारनी हो तो वह बहुत पतली होनी चाहिए। और दो अंगुल प्रविष्ट कर के पिचकारी करे।

यदि बालकों को मूत्र कृच्छ हो जावे तो बहुत बारीक नली एक अंगुल प्रविष्ट कर के पिचकारी करनी चाहिए। चिकनाई पिचकारी के वास्ते, स्त्रियों की योनि के लिये ८ तोला, और मूत्र स्थान के वास्ते ४ तोला, और बालकों के वास्ते १ तोला चाहिए। स्त्री को सन्मुख बिठला कर घुटने ऊपर कर के पिचकारी लगानी चाहिए।

यदि पिचकारी मारने के पीछे चिकनाई बाहर न आवे, तो पीछे जो उपाय लिखे जा चुके हैं, वही यहां वर्तने चाहिएं। यह पिचकारी शुक्र रोग और आर्तव रोग को दूर करती है। केवल दूध की भी दे सकते हैं। हां, जिनको प्रमेह हो, उनको लाभ नहीं होता है।

फल वर्त्ती।

शौच लाने के वास्ते यह वस्ती भी की जाती है। रोगी के अंगूठे के बराबर मोटी कठोर बत्ती बनाकर उस पर एरंड बीज का लेप करके गुदा में देने से शौच होजाता है और किसी समय साबुन की बत्ती बनाकर दे देते हैं, जिस से शौच आजाता है।

हुकना।

हुकना का वर्णन यद्यपि लम्बा है, तथापि हम संक्षिप्त लिखना चाहते हैं, ताकि लेख लम्बा न हो जावे। हुकना भी वस्ती कर्म्म

को कहते हैं, और यह नाम उस थैली के आधार पर है, जो रबड़ की पिचकारी के मध्य में लगी हुई होती है। जबकि एक ओर औषधि होती है, और दूसरी ओर से गुदा में पहुंचाई जाती है, इस रबड़ की थैली को हुकना कहते हैं, पहिले डाक्टरों में यही हुकना वर्ता जाता था।

हुकना के द्वारा जो औषधि आंतों में पहुंचाई जावे, उसका परिमाण यूनानी चिकित्सकों ने सात आठ छटांक रक्खा है, और केवल पानी का हुकना नहीं किया जाता था, प्रत्युत औषधियों का क्काथ होता था। इस लिए उचित यही मालूम होता है, कि हुकना करने से प्रथम रोगी के हृदय को गुलकंद, रूमी मस्तगी, अर्क गाजुबान, ईलायचीदाना, अर्क बेदमुष्क, गुलाव, आदि खिला पिला कर पुष्टि दें। हुकना की विधि यही है। प्रत्येक रोग में हुकना हित-कर है। स्पष्ट रूप से लिखा है, कि हुकना कराना चाहिए, और वहां यह भी बताया गया है, कि इन औषधियों के काढ़े से हुकना होना चाहिए। हम इस लम्बे वर्णन को फिर कभी पृथक लिखेंगे।

व्यायाम

कोष्ठबद्धता का इलाज आरम्भ करने से पहिले साधारण बातों का वर्णन कर देना आवश्यक है, अतः मैंने हुकना के संबन्ध में साविस्तर लिख दिया है, और जहां २ मैं अनीमिया, हुकना, या वस्ती करने का वर्णन करूंगा, वहां केवल पानी से या उष्ण पानी या पानी में साबुन मिला कर या एरण्ड तेल या तिल तेल मिला कर या जैसी सूचना हो उस के अनुसार वस्ती करनी चाहिए। इस प्रकार जहां व्यायाम करने की आज्ञा हो वहां मेरा अभिप्राय उन व्यायामों से होगा जो अधिकतर कोष्ठ को हितकर हैं, और कोष्ठबद्धता को दूर करते हैं। आंतों को बल देते हैं, और पेट की नसों को बलवान बनाते हैं। इन व्यायामों में से कईयों का मैं यहां वर्णन कर देना चाहता हूं।

जो व्यायाम पाचन शक्ति को बढ़ाते हैं वे कोष्ठबद्धता को भी दूर करते हैं। हां, यह स्मरण रहे कि कोष्ठबद्धता के पश्चात् मंदाग्नि

आवश्यक है, यद्यपि मंदाग्नि के पश्चात कोष्ठबद्धता आवश्यक नहीं। कोष्ठबद्धता का बहुत सा कारण आराम का जीवन होता है, जब कि पुरुष या स्त्री आलस्य से या अमीरों की भांति जीवन व्यतीत करते हैं, या रोग के कारण सारा दिन बैठे रहने, अथवा काम के कारण (जैसा कि बाज दुकान्दार सारा दिन गद्दी पर बैठे रहते हैं, या क्लर्क सारा दिन लिखते ही रहते हैं) आराम से बैठे रहने या खड़े रहने का जीवन व्यतीत करते हैं, और उसके प्रतिकार में व्यायाम नहीं करते, तो प्रायः उन्हें कोष्ठबद्धता रहा करती है। ऐसे आलसी जीवन व्यतीत करने वालों को कुछ दिनों के पश्चात् कोष्ठबद्धता का हो जाना ऐसा निश्चित है, जैसा कि दिन के पश्चात रात्रि का होना, और उन लोगों के लिये व्यायाम ऐसा आवश्यक है, जैसा की नींद। कोष्ठबद्धता न होने देने के लिये उन लोगों को प्रति दिन व्यायाम का अभ्यास करना चाहिए। वह व्यायाम किस प्रकार का है? कोष्ठबद्धता के इलाज के लिये जो व्यायाम किये जाने चाहिये, इस समय हम को केवल उनका ही वर्णन करना है। देखने में आता है कि बाज ऐसे भी मनुष्य हैं, कि जिनका काम तो व्यायाम करने का है, परन्तु बहुधा कोष्ठबद्धता में ग्रस्त रहते हैं। मेरे पास गेंद बल्ला खेलने वाले या स्कूल में अन्य व्यायामों के शौकीन कोष्ठबद्धता के रोगी आते हैं, कई कोष्ठबद्धता के रोगियों को जब मैंने प्रेरणा की कि व्यायाम किया करो, तो वह बोले कि हमारा काम ही व्यायाम है, और क्या व्यायाम करें? देर से मेरा ध्यान इस बात की ओर था, या तो यह मिथ्या है कि व्यायाम से कोष्ठबद्धता दूर हो जाती है, या वे कोई विशेष व्यायाम होने चाहियें। मैं ने प्रायः पुस्तकों का पाठ किया और पहलवानों के हालात को मालूम किया, तजरबे के बाद इस सिद्धांत पर पहुंचा, कि सचमुच कोष्ठबद्धता के इलाज के लिए प्रत्येक व्यायाम आवश्यक नहीं है। इलाज बहुत सावधानी से होना चाहिए, इस लिये विशेष प्रकार के व्यायाम, इन के करने की विधियां, और इन को कहां तक करना चाहिए, यह नियत होना आवश्यक है, जिन को मैं यहां लिखूंगा।

'हैल्थवैस्ट्रग्थ लण्डन' के सम्पादक साहिब लिखते हैं:—

"लग भग सब प्रकार के व्यायाम करने वाले भी कोष्ठ बद्धता के रोगी प्रायः देखने में आते हैं, तैराक, फुटबाल खेलने वाले, किरकिट खेलने वाले, दौड़ने वाले, चलने वाले, बाईसिकल चलाने वाले, घोड़े की सवारी करने वाले भी कोष्ठबद्धता के रोगी मैं ने देखे हैं। परन्तु मेरा विचार है कि वहुत लोग जो सब प्रकार के व्यायाम करने वाले हैं, जैसा कि मैं स्वयं करता हूं, अर्थात् ऐसे व्यायाम करते हैं, कि शरीर का कोई भाग विना व्यायाम के नहीं रहता, वह अच्छा स्वास्थ्य रखते हैं, और कोष्ठबद्धता में ग्रस्त नहीं होते। यह स्पष्ट प्रगट है, कि जो सब प्रकार के व्यायाम,-कभी कोई कभी कोई-करते रहते हैं, उन के व्यायामों में ऐसे भी होते होंगे, जो आंतों को वल देते हैं, और उन को अपने काम में उद्यत करते हैं, जिन से कोष्ठबद्धता नहीं होती, कोष्ठवद्धता के वास्ते जितने भी व्यायाम किये जावें, उन में यह गुण होना आवश्यक है"।

आप समझते हैं

कि कोष्ठबद्धता कोलन में किसी रुकावट का परिणाम है, जो मल स्राव में बाधा डालती है, या अंतरियों की निर्बलता होगी, या अंतरियों के तार निकलने नहीं पाते; अतः पहला कार्य इस रुकावट को दूर करना है। अब यदि तुम सीधे खड़े हो जावो और भुजाओं को ऊपर कर लो, और टांगों को न झुकाते हुए यहां तक झुको कि तुम्हारे हाथ, पांव के अंगूठों को छू जावें, और फिर सीधे चले जावो, और थोड़ी बार इसी प्रकार करो, तो यद्यपि मुग्दर उठाने की अपेक्षा बहुत कम शक्ति इस में खर्च होगी और बहुत कम पुष्टि आवेगी, परन्तु कोष्ठबद्धता दूर करने के लिये इस साधारण से व्यायाम से बड़ा काम होगा, क्यों कि पहिले कोलन थोड़ा सा फैलेगा, जिस से थोड़ी सी जगह रिक्त होगी, जहां रिक्त हुआ, तुरन्त दौड़ती हुई वायु उस रुकावट व मल को न्यूनाधिक आगे को धकेलेगी जिस ओर को कि उस के निकलने का मार्ग है।

व्यायाम प्रत्येक अवस्था में लाभदायक है, और सम्पूर्ण व्यायाम ही रक्त भ्रमण को अधिक कर के प्रत्येक अंग को कुछ न कुछ बल पहुंचाता है, परन्तु कोष्ठबद्धता के रोगियों को चाहिये कि उन व्यायामों के साथ जिन को वे करते हैं, कुछ ऐसे व्यायाम भी कर लिया करें, जो सब अङ्गों को विशेष रूप से संचालन करें।

व्यायाम करने की विधि

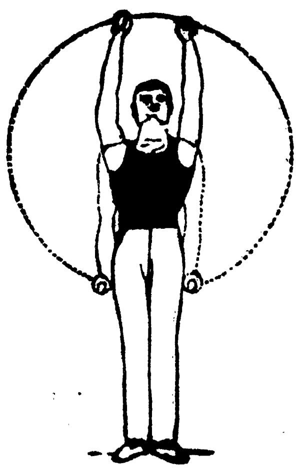
यह व्यायाम हम मांस पेशियों को दृढ़ करने के लिये नहीं लिख रहे हैं, वरन् पट्ठों को काम में लगाने के वास्ते; यहां पहलवानी और दृढ़ता का प्रश्न नहीं है, इस वास्ते जो व्यायाम लिखे जायेंगे उन के लिये किसी वस्तु की आवश्यकता नहीं, केवल हाथों से हो सकते हैं, जो चाहे तो हाथ में हलके डम्बल रख ले, क्यों कि कोई वस्तु हाथ में हो तो मनुष्य व्यायाम करता अच्छा मालूम होता है, और डम्बल होने से बल में भी वृद्धि होगी। जो बलवान् मनुष्य हैं उन्हें बिना डम्बलों के आनन्द ही नहीं आवेगा, यद्यपि यह कार्य डम्बलों के बिना भी हो सकता है, परन्तु हलके डम्बल रखे जावें तो और भी उत्तम है। ढ़ाई सेर से अधिक भारी न हों, ढ़ाई सेर भी उन के लिये हैं, जो व्यायाम के अभ्यासी हैं। स्मरण रखना चाहिये, कि यहां हम को पट्ठों का प्राकृतिक नियम (बड़ा स्वास्थ्य दायक) कार्य पुनः वापिस लाना है, इस लिये साधारण अवस्थाओं में स्त्रियों और बालकों के वास्ते पाव भर के और युवा मनुष्यों के लिये अर्द्ध सेर या १ सेर भारी डम्बल पर्याप्त है।

संपूर्ण क्रियायें धीरे और नरमी से करनी चाहियें, और डम्बलों को दृढ़ता से पकड़ना चाहिये, और मन को उन पेशियों पर जो कार्य कर रही हैं रखना चाहिये, यदि किसी क्रिया से कष्ट उत्पन्न हो तो उसको न करना चाहिए।

ये सब व्यायाम, या इन में से बहुत से व्यायाम प्रति दिन प्रातः व सायम् समय किया करें, २० मिन्ट से अधिक नहीं लगेंगे, परन्तु लाभ बहुत होगा।

प्रातः उठते ही ७ घूंट बासी पानी के पी लें, यदि कोई तंग वस्त्र हो तो उस को ढीला करदें, कटि का वस्त्र शिथिल हो, और थोड़ा टहल कर व्यायाम आरम्भ करें, खुली वायु उत्तम है, अन्यथा खिड़की के समीप यह व्यायाम करें। इन के पश्चात् यदि उष्ण पानी में तौलिया भिगो कर उदर पर और शरीर के ऊपर मलकर खुश्क तौलिये से भली भांति पोंछ दिया जाय, तो उत्तम है। इसी प्रकार सायं एक गिलास शीतल जल पी कर व्यायाम आरम्भ करें, और इन्हीं नियमों का पालन करें।

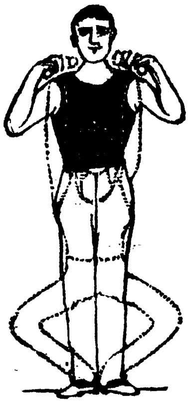
चित्र व्यायाम नं० १



जिस प्रकार चित्र में दिखलाया गया है, हाथों को सिर के ऊपर घुमाओ, मानो एक मण्डल बन जावे, हाथों के साथ शरीर को झुकाने की भी इच्छा होगी, और तुम डट कर खड़े न हो प्रत्युत झुकते जाओ।

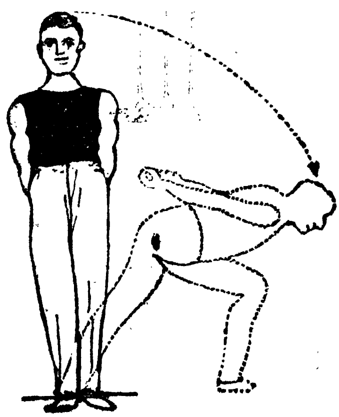
यह व्यायाम १५ बार या यदि डम्बल हाथ में न हों तो २२ बार करो॥

चित्र व्यायाम नं० २



हाथों को कांधों पर लाओ अब वहां से हाथों को शिर के ऊपर ले जाओ, और घुटनों को झुकाते जाओ जैसा कि चित्र में दर्शाया है। जब ऐसे घुटने झुक जायें तो तुम्हारे हाथ शिर पर होने चाहियें, जब खड़े हो तो तुम्हारे हाथ फिर कंधों पर आजायें। इस प्रकार १२ बार करो, यदि खाली हाथ हो तो २० बार करो।

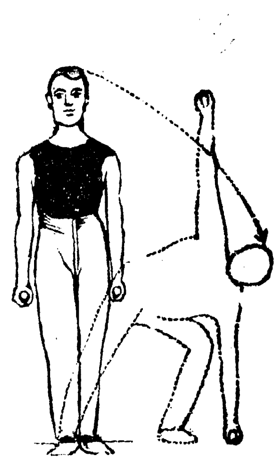
चित्र व्यायाम नं० ३



बांया पांव उठाकर दांयें पांव की ओर को जितना होसके झुक

जाओ, परन्तु उद्योग यह होना चाहिए, कि हाथ जहां है वहां ही रहे, यह व्यायाम ६ बार और यदि डम्बल हाथों में न हों तो ९ बार करो।

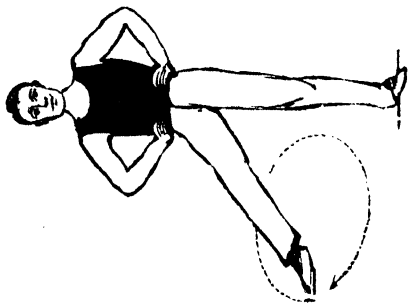
चित्र व्यायाम नं० ४



बांया पांव उठा कर कुछ अन्तर पर रक्खो, और शरीर को बाईं ओर झुकाओ, और उसी समय दाहिना हाथ शिर के ऊपर हो, तथा बांया हाथ भूमि के साथ हो, जैसा कि चित्र में दर्शाया गया है। और फिर खड़े हो जाओ, इस व्यायाम को पांच या ७ बार करो।

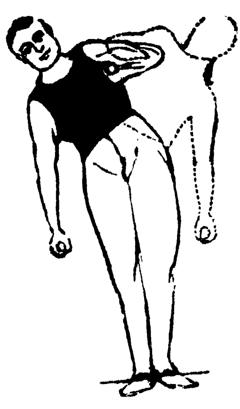
यह स्मरण रखना चाहिए, कि व्यायाम नं० ३ व्यायाम नं० ४ दोनों में बांया पांव ही उठाया गया है, और बाम ओर ही झुकाया गया है, इस का कारण यह है, कि बाम ओर के पट्ठों को हमें अधिक काम पर लगाना है, क्यों कि बड़ी अन्त्रि का शिरा भी बाम ओर ही है, और बाम ओर की ही थैली में मल जमा रहता है; बाम ओर के पट्ठों की सहायता से ही वह अपने काम पर आ सकता है।

चित्र व्यायाम नं० ५



सीधे खड़े हो जावो, फिर दक्षिण टांग के घुटने को न झुकाते हुए जितनी दूर ऊंचा तुम फैला सको फैलाओ, और पीछे की ओर से कुँडलाकार क्रिया करो, यहां तक कि टांग एक कुंडल बना कर फिर उसी स्थान पर आजावे, फिर बाम टांग से इसी प्रकार करो, और आठ बार इस व्यायाम को करो, इस व्यायाम से प्रधान अन्त्रि के दक्षिण, और बाम ओर के पट्ठों को बल मिलता है।

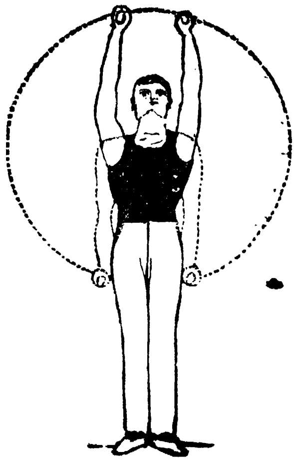
चित्र व्यायाम नं० ६



टांगों को सीधे रखते हुए एक ओर झुक जाओ, यदि दक्षिण ओर को झुको तो बांया हाथ ऊपर ले जावो, और बाई ओर को झुको तो दहिना हाथ ऊपर ले जाओ, इस को १० बार लगातार

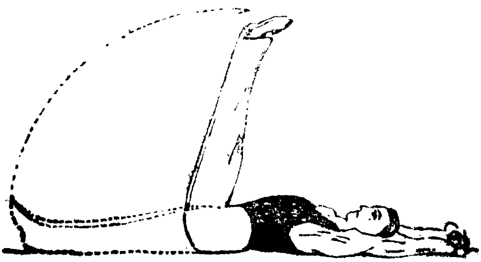
करो, यदि डम्बल हाथ में न हो तो १५ बार करो, इस से आमाशय का और प्रधान अन्त्र के अधो भाग का व्यायाम होगा।

चित्र व्यायाम नं० ७



भुजाओं को पार्श्वों के साथ रखकर खड़े हो जाओ, और कुहनियों को न झुकाते हुए बाहिर की ओर से उन को शिर के ऊपर ले जाओ, फिर धीरे २ उसी स्थान पर लावें, यह ४ बार करना चाहिए, खाली हाथ हो तो ६ बार करना चाहिए।

चित्र व्यायाम नं० ८



पीठ के बल लेट जावें, जैसा कि चित्र में दर्शाया गया है,

फिर दोनों टांगों को बारी २ उठाओ, और नीचा करो, यह २ बार करो, फिर दोनों टांगों को ऊपर ले जाओ, जब उन्हें नीचे लाने लगो तो शरीर को उठाना आरम्भ करो, पांव भूमि पर लगे हों, और तुम बैठे हो, तुम्हारे हाथ, पांव के अंगूठे को छूते हों, इसको भी १ बार करें।

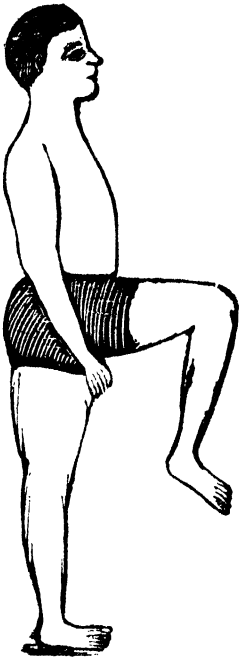
उपर्युक्त आठ व्यायामों के रूप के अतिरिक्त हम नीचे और व्यायाम लिखते हैं, ताकि परिवर्तन होता रहे, कभी वह करें कभी यह करें।

डा० शरमैन विग साहिब ने अपनी पुस्तक में निम्न लिखित व्यायाम भी लिखे हैं:—



चित्र व्यायाम नं० १

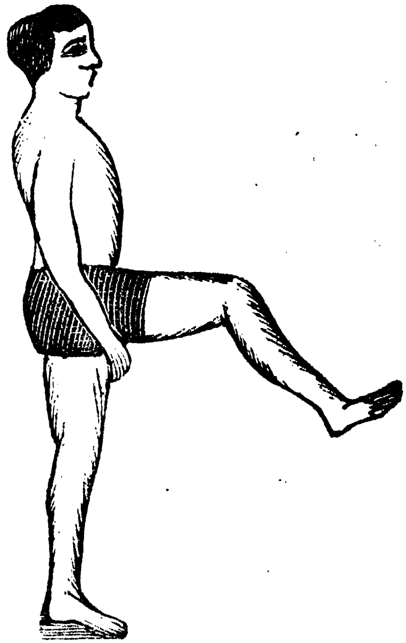
(१) सीधे खड़े हो जावो, एड़ियां इकट्ठी रक्खो, शिर, शरीर सीधा रहे, हिले नहीं, हाथ बगल में हों, शरीर को आगे की ओर झुकाओ, फिर सीधे खड़े हो जावो, शरीर को बायें ओर झुकाओ, फिर सीधे खड़े हो जावो, इसी तरह दाईं ओर झुकाओ, फिर सीधे खड़े हो जावो, ३ से ६ बार करो, अधिक हो सके तो अधिक



चित्र व्यायाम नं० २

(२) सीधे खड़े हो जावो, घुटना अकड़ा लो, एड़ियां मिला रक्खो, शिर शरीर सीधा रहे, हाथ बगल की ओर कटि से नीचे रहे, शरीर मोड़ो, और निचले धड़ पर दायें बायें, आगे पीछे की ओर घुमाओ, फिर सीधे खड़े हो जाओ, २ से ६ बार करना चाहिए। यह भी चित्र नं० १ से ही स्पष्ट है।

चित्र व्यायाम नं० ३



(३) सीधे खड़े हो जावें, शिर व शरीर हिलने न पावें, हाथों को पार्श्व पर रक्खो, घुटनों को बारी २ से ऊपर की ओर पेट तक उठाओ, और फिर नीचे ले जाओ, आरम्भ में धीरे से करो, फिर जल्दी २ बारह बार या इससे अधिक करना चाहिए। (चित्र नं० ३) इसी की दूसरी सूरत चित्र नं० ४ से देखें। टागों को आगे फैलावें।

(४) शिर और शरीर को सीधा रक्खो, हिलने न पावे, हाथ पीछे कटि से नीचे रहें, पश्चात् लगातार मेंडक की तरह छलांगें लगाता जावे, फिर सीधे खड़े हो जावें, एड़ियां मिला रक्खो, हाथ पीछे को और कटि के नीचे रहें और धीरे २ एड़ियों के बल बैठो, और शीघ्र उठो, परन्तु झटका न लगे। ऐसा ३ से ६ बार करो। यह व्यायाम लगातार और विधिपूर्वक किए जावें, तो कोष्ठबद्धता को इससे बहुत लाभ पहुंचता है, परन्तु यदि रोग कठिन हो जावे तो इससे अधिक कठिन व्यायामों की आवश्यकता होती है।

(५) एड़ियां मिली रक्खो, शरीर सीधा रहे, हाथ शिर के पीछे हों, पञ्जे फैले हों, पञ्जों को सिकोड़ कर उदर की ओर खींच लो, फिर पट्ठों को शिथिल कर दो, और जल्दी २ छैः से ८ बार करो।

(६) चित्त लेट जावें, शिर नीचे हो, दायें हाथ में बायां घुटना, और बांए हाथ में दायां घुटना पकड़ो, फिर जल्दी २ लगातार कुहनियों को झुकाओ और फैलाओ, ६ बार या इससे अधिक ऐसा करो।

(७) इसको तीन प्रकार से किया जाता है: -

प्रथम-शिर और धड़ सीधा रक्खो, हाथ पार्श्वों पर रहें, पेशियों को खींच कर पेट को सिकोड़ो, मुख बन्द हो, और नासिका द्वारा लम्बा श्वास लो, हाथों और बाहों को इस प्रकार ऊपर उठाओ, कि कन्धों के सन्मुख आ जावें, यह सब कुछ एक ही श्वास में होना चाहिए।

द्वितीय--हाथों को फिर उसी दशा में लाओ, और कन्धों की सीध में खूब लम्बा करके खड़े हो जाओ, फिर हाथों और भुजाओं को शिर से ऊपर इस प्रकार उठाओ, कि ऊपर जाकर कस कर खूब मिल जावें, एक श्वास में यह सब कुछ करना चाहिए।

तृतीय–हाथों को ऊपर की ओर रक्खो, शरीर न हिले, पेट को सिकोड़ो, और फुफ्फुस को वायु से भरो, हाथों को धीरे २ नीचे व पीछे पार्श्वों की ओर ले जाओ, यह सब एक दम में होना चाहिए।

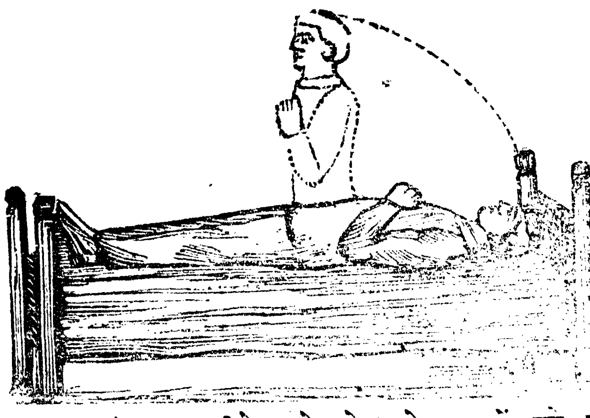
इन व्यायामों का निर्भार केवल श्वास के रुकने पर है, प्रारम्भ में श्वास न रुक सकने के कारण शीघ्र २ किए जाते हैं, परन्तु पीछे अभ्यास से बहुत धीरे २ किए जा सकते हैं। जब श्वास खूब रोका जावे, शिर में चक्कर, और आंखों में अंधेरा आजाता है, जिस से मालूम होता है, कि व्यायाम धीरे से हो रहा है।

यह व्यायाम दो तीन बार करना चाहिए, इसमें कुछ सन्देह नहीं, कि व्यायाम कठिन है, और प्रायः लोग सप्ताह दो सप्ताह में ही उसे छोड़ बैठते हैं, जिस से कुछ लाभ नहीं होता, इसलिये उत्तम है, कि ५–६ मनुष्य मिल कर खेल की तरह इस व्यायाम को किया करें।

डाक्टर बुलर साहिब की पुस्तक से केवल थोड़े व्यायाम लिखते हैं—

व्यायाम नं० १—यह व्यायाम प्रातः उठते ही बिछौने पर किया जा सकता है, सीधे लेट जाओ, और हाथों को छाती तक जैसा दर्शाया गया है लाओ, फिर टांगों को वैसे ही रख कर बैठ जाओ, ऐसा एक से ८ बार करो।

चित्र नं० १

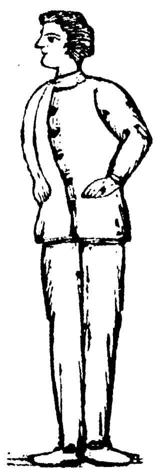


व्यायाम नं० २–सीधे खड़े होजाओ, हाथों को कटि पर

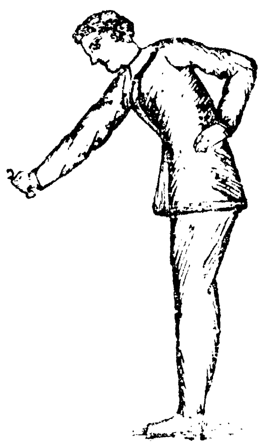
रक्खो, और कभी एक ओर कभी दूसरी ओर बारी २ मुड़ जावो, यह मड़ोरे इन्द्रियों को बल देंगे, और इन्द्रियां विधि पूर्वक काम करने लग जावेंगी। परन्तु ये व्यायाम थोड़े दिनों में लाभ नहीं दिखाने लगते, कई सप्ताह करने से लाभ पहुंचेगा।

व्यायाम नं० ३

(चित्र नं० २)



(चित्र नं० ३)



सीधे खड़े होजाओ, हाथों को कटि तक लाओ, अब थोड़ा झुक जाओ, बारी २ हाथ आगे करो, हाथ अकड़े रहें, साथ ही पेट को उस ओर मरोड़ते हुए जिधर का बाजू आगे किया है ऐसा ही करो।

योगियों के आसन।

भारतवर्ष के योगियों में शरीर को बलवान रखने, उसको लचकदार बनाने, मन को भी वशमें करने के वास्ते ८४ आसन प्रसिद्ध हैं। ८४ आसन जो कर सकता है उसको और किसी व्यायाम की किसी भी बीमारी के लिए ज़रूरत नहीं रहती। इन ८४ आसनोंमें कई आसन ऐसे हैं जो कि कब्जको दूर करने, जठराग्नि को तीव्र करने के लिए विशेष रूप से उपयोगी हैं। पाठकों के लाभार्थ उनको भी यहां अंकित किए देते हैं—

(१) पवन मुक्त आसन—पांव के भार बैठ जावें ऐसे कि घुटने छाती के साथ लग जावें। घुटनों के ऊपर से दोनों हाथ ले जाकर दायें हाथ से बायीं कुहनी को, बायें हाथ से दायें कुहनी को मजबूत पकड़ कर बैठें। और घुटनों को खूब अन्दर को ओर खींचें। ऐसे बैठने से रुकी हुई वायु निकल जाती है। अफारा दूर होता है।

चित्र नं० १

(२) पश्चिमतान आसन—पाँव को डंड की भांति लम्बा करके बैठ जाओ और हाथ लम्बे करके दोनों हाथों से दोनों पाँव के अंगूठे पकड़ लो और आप घुटनों को न उठाते हुए सिर को नीचे ले जाओ, यहां तक कि तुम्हारा माथा घुटनों पर लग जाय। झुकते वक्त सांस को बाहर निकाल कर पेट को अन्दर सिकोड़ो तभी माथा लग सकेगा। जिसका न लगे वह नित्य कोशिश करता रहे और चंद बार ऐसा करने से मोटापा कम होता है, पाचन-शक्ति बढ़ती है, कब्ज दूर होती है।

चित्र नं० २

(३) मयूर आसन—दोनों हाथ के पंजे पीछे फैला कर पास २ रख कर किहुनियों को भी कुछ जोड़ कर पेट का बोझ किहुनियों पर डाल कर मोर को तरह सीधे हो जाओ। यह आसन गोला, जलोदर और तिल्ली तक के लिए लाभदायक है। सुस्ती फौरन दूर होती है। सुबह उठ कर आप दो तीन बार करके पाखाना जावें तो पाखाना खुल कर आता है। हम तो उठते ही प्रायः इसको करते हैं। इससे हाज़मा (पाचनशक्ति) तेज होता है। लिखा है कि जो अच्छा बुरा खाया हो, सब खाक हो जाता है, यहां तक कि विष भी दूर हो जाता है।

चित्र नं० ३

(४) शीर्षासन वा कपाली आसन—हाथ भूमि पर रख कर सिर उन पर रख कर उलटा खड़ा हो जावे। इससे भी पाचन-शक्ति बढ़ती है और स्वप्नदोष दूर हो जाता है।

चित्र नं० ४

(५) चक्रासन—सीधे खड़े होकर बाजुओं को सिर के ऊपर सीधा उठाओ। सिर को बाजुओं के बीच बन्द रक्खो। धीरे धीरे बाजू सामने झुकाते जाओ और नीचे पावों तक लेते आओ जितनी दूर पहुंच सको पहुंचो। पहिले हाथों की अंगुलियां पावों की अंगुलियों से लगाओ फिर ज्यों २ अभ्यास बढ़ता जावे हाथों की हथेलियां सामने जमीन पर टिकाओ (देखो चित्र) फिर नीचे से लातों को हाथों से पकड़ कर सिर को घुटने से लगाने का प्रयत्न करो। (देखो चित्र) इस व्यायाम में ध्यान रहे कि लातें बिल्कुल सीधा रहें। कोई खम बीच में न हो।

चित्र नं०५

(६) सर्वांग आसन—पृथ्वी पर सीधे लेट कर पांव को सीधे ऊपर उठाते जाओ, यहां तक कि सब बोझ कन्धों पर हो। पहले २ कमर के नीचे हाथ रखने की आवश्यकता होती है फिर यह हाथ जमीन पर ही रहे तो अच्छा है। यह बहुत ही उपयोगी आसन है इससे हाजमा बहुत ही तेज हो जाता है और कब्ज कभी होती ही नहीं है। यहां तक लिखा है कि इसके करने वाले के बाल भी जल्दी श्वेत नहीं होते हैं।

चित्र नं० ६

(७) चित्र देखो और उसी प्रकार करो।

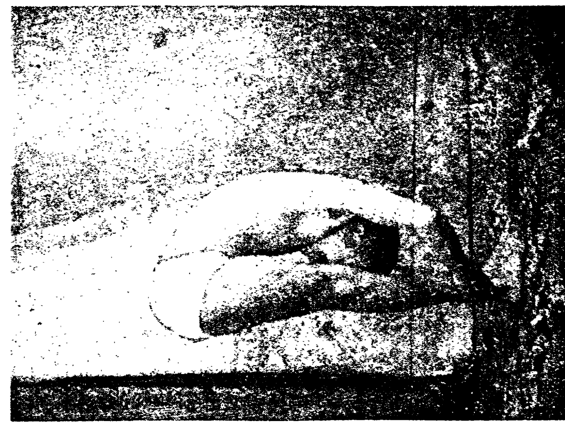
मालिश।

व्यायाम के पीछे अब हम मालिश का वर्णन करते हैं, इस को अंग्रेजी में मैसाज (massage) कहते हैं। विलायत में नियमबद्ध दुकानें हैं, जिनमें प्रायः स्त्रियां और कभी पुरुष मैसाज करते हैं। मैसाज शब्द में मालिश, थपकना, मुट्ठी चापी करना, आदि सब आजाते हैं। यह एक पृथक् विद्या है, इसका सविस्तर वर्णन हम फिर करेंगे। कहा जाता है कि मैसाज से रक्त भ्रमण होता है या पीड़ादि निवृत्ति के लिए किया जाता है। विविध रोगों में हित-कर बताया जाता है। [illegible] है, दबाना सिकोड़ स-

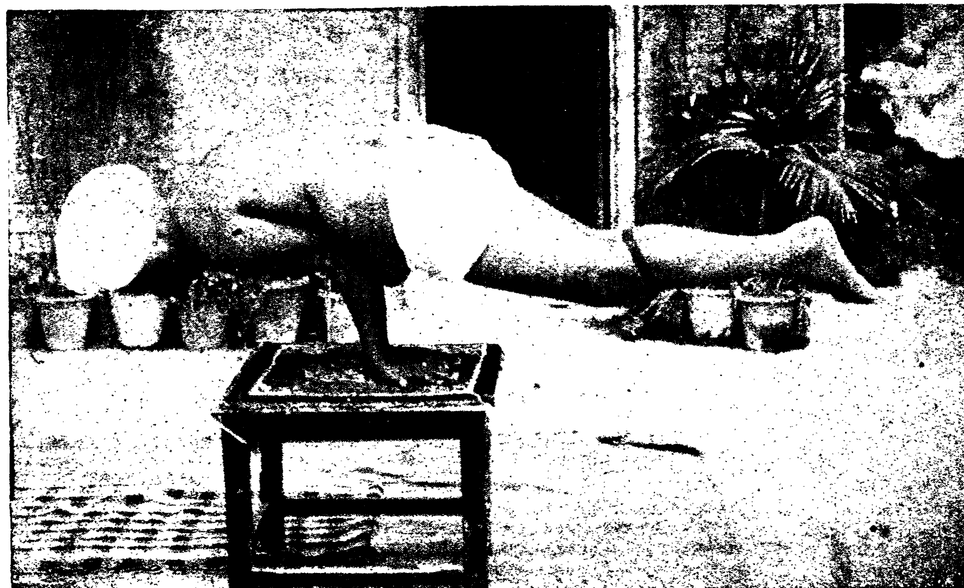
चित्र नं० (२) चित्र नं० (३)



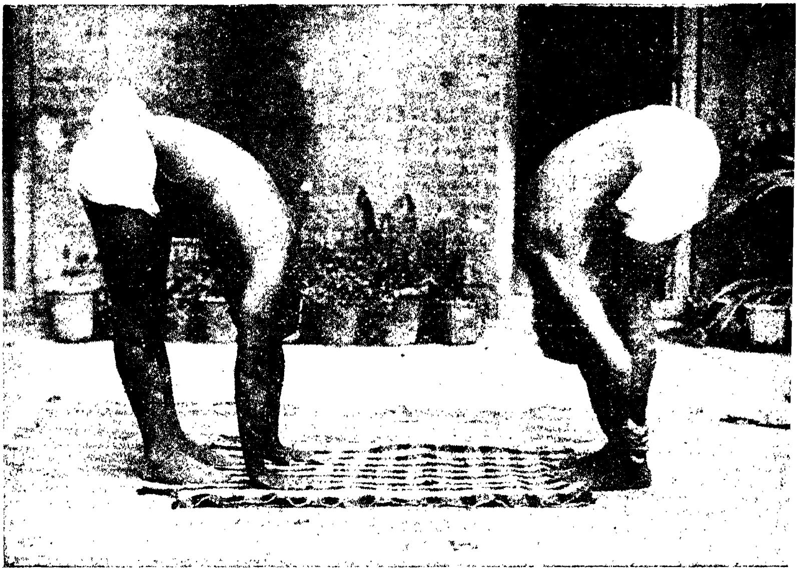
चित्र नं० (१)



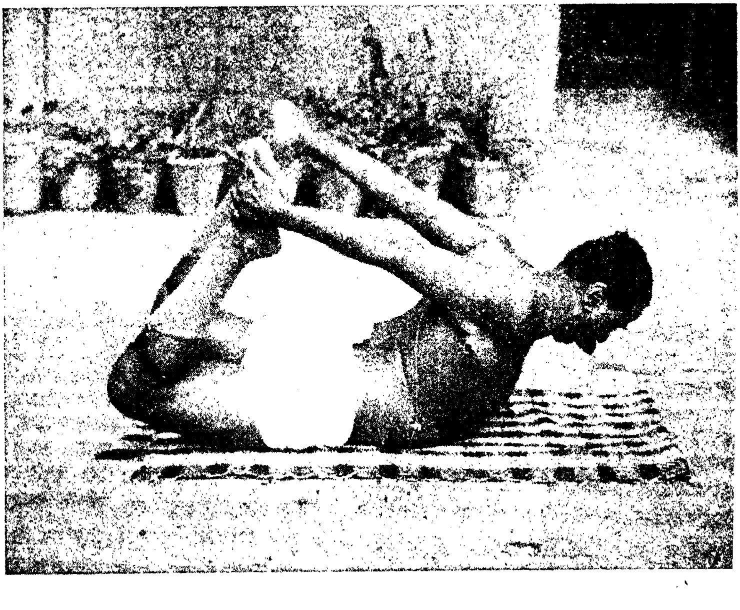
चित्र नं० (२



चित्र नं० (४)



चित्र नं० (६)



कता हैं या ढीला कर सकता है, मांस बढ़ा सकता है, व कम कर सकता है। हलका दवाव उसको बढ़ाता है।

मिसिज एम. ए. ऐनसन लिखती है :—

"साधारणतः मैसाज के ये लाभ हैं :—

(१) यह उस जगह रक्त भ्रमण अधिक करता है, जहां किया जावे, और रक्त भ्रमण को नियम पूर्वक करता है, दूषित मवाद शरीर से निकलता है, रक्त ग्रन्थि दूर करता है, पट्ठों को दृढ़ करता है।

(२) त्वचा और उसके रोम कूपों का बल बढ़ाता है।

(३) पट्ठों की शक्ति बढ़ाता है, और रुधिर को अपने काम पर हुशियार करता है।

मैसाज से निम्न लिखित रोगों को लाभ पहुंचता है।

निर्बलता, रक्त क्षीणता, रक्त भ्रमण की न्यूनता, सन्धि वात, नवीन अर्द्धांग, मांसपेशी शूल, सन्धिग्रह, श्वास, अपाचन, कोष्ठबद्धता, अनिद्रा, रक्तपित्त, यकृत् वृद्धि, वृद्धि, कटिशूल, गुल्फ शूल इत्यादि।

इसके वास्ते किसी बड़ी विद्या की आवश्यकता नहीं है, साधारण बातों को जानना चाहिए, फिर उस्ताद के सन्मुख एक दो बार देख लेना चाहिए। फिर अभ्यास से मनुष्य इस कार्य्य में सिद्धहस्थ होजाता है। मैसाज ४ प्रकार का है, मालिश इनमें से एक है, हम इनका वर्णन किसी दूसरे समय के लिये छोड़ कर केवल पेट की मालिश का वर्णन करते हैं, जो कोष्ठबद्धता दूर करने में सहायक है। मालिश व्यायाम से भी अधिक हितकर बैठती है। मालिश करने से प्रथम एक बार अच्छी तरह उदरावयवों के चित्र को विशेषतः कोलन को देख लेना चाहिए कि आरम्भ में ही लिखा जाचुका है, और प्रधान अन्त्र के ३ भागों को जैसाकि आरंभ में वर्णन किया जाचुका है, स्मरण रखना चाहिए। दक्षिण ओर का भाग, वाम ओर का भाग, आमाशय का भाग इत्यादि।

कोष्ठ बद्धता दूर करने के लिये प्रसिद्ध मालिश इसी अन्त्र पर है, क्योंकि मल इसमें जमा रहता है, यह मालिश दूसरे से करानी

चाहिए, दूसरा न मिले तो स्वयं करलें। रोगी को चित लेट जाना चाहिए, टांगों को फैला कर अलग २ रखना चाहिए, दांई ओर नलों के पास जहां से छोटी आंतें समाप्त होकर बड़ी आंत आरम्भ होती हैं, हाथ रख कर पेट को दबाते हुए ऊपर को आना चाहिए, अब यहां से आमाशय के नीचे से कोलन आता है, अतः मालिश कर्ता का हाथ भी नाभि के पास से वाम ओर को आजाना चाहिए, जहां से कि बड़ी आंत नीचे गुदा तक पहुंचती है। हाथ का दबाव नलों तक पहुंच जाना चाहिए, इस से मल आगे को धकेला जावेगा, और कोष्ठबद्धता को थोड़े दिनों में लाभ दिखाई देने लगेगा। यदि कोई तैल लगावें तो हाथ शीघ्र चलता है, परन्तु दबाव में फरक न आने दें, दबाव यथा सम्भव एक तुल्य और दृढ़ होना चाहिए।

लण्डन के 'हैल्थ व स्ट्रेंग्थ' समाचार पत्र के सम्पादक साहिब ने पेट की मालिश के वास्ते निम्न लिखित मालिशें लिखी हैं :—

(१) हाथ कई बार नाभि के गिर्द फेरें, इस प्रकार कि सारे पेट पर हाथ फिरे, और दबाव अधिकतर हाथ की मुट्ठी से दिया जावे, तथा दबाव जोर से डाला जावे। हाथ का चलन गोलाकार हो, और डाया फराम से आरम्भ करना चाहिए, ऐसा कि जो घेरा बनाओ, नाभि उसका केन्द्र हो, और क्रमशः घेरा घटता जावे।

(२) डिसैंडिंग कोलन या बड़ी आंत को उतराव, (देखो चित्र पहिला) के साथ २ दबाव पहुंचाना है। दांएं हाथ की अंगुलियां परस्पर मिली रहें, वाम हाथ की सहायता से दांएं हाथ की अंगुलियों को बल देना चाहिए, इस प्रकार मालिश जरा अधिक जोर से होगी। अंगुलियां अधिक न मुड़ें अधिक दबाव उस समय दिया जाता है, जब कि हाथ कोलन के पास पहुंचे। ६ अंगुल नाभि के वाम ओर रख कर दबाकर नीचे को ले जाना चाहिए, जैसा कि कोलन के चित्र से प्रगट होगा।

(३) केवल नं० २ के विपरीत है। यह वाम हस्त से किया जाता है, और असैंडिंग कोलन अर्थात् दांई ओर की बड़ी आंत पर दबाव डाला जाता है, दांई ओर के नल पर से अंगुलियों का दबाव

डालते हुए ऊपर को दबाना चाहिए, जैसा कि चित्र से प्रकट हो गया होगा। छोटी आंत व बड़ी आंत के मिलाप से लेकर वाम आंत के मुड़ने तक असैंडिंग कोलन है, दांएं हाथ का दबाव बांएं पर ऐसा ही डालना चाहिए जैसा कि बांएं का दांएं पर, द्वितीय व्यायाम में डाला गया था।

ये तीनों कर्म्म खड़े होकर किए जा सकते हैं, परन्तु अधिक लाभ तभी हो सकता है जब रोगी पृष्ठ के बल लेट जावे, शरीर, सिर और छाती को ऊंचा रक्खें, घुटनों को खड़ा रक्खें, ताकि श्वास धीरे २ सुख पूर्वक आवे। इस प्रकार उदर की नसों का जोर से फैलने का भय दूर होजाता है।

मैसाज का चौथा कर्म्म टकोरना है, अंगुलियों से गूंधने का मिलाप है, दोनों हाथों से किया जाता है, आमाशय से इसे आरम्भ करो, और दांए बांए जाकर कोलन के ऊपर और नीचे को चले जाय, हाथों की हथेली पेट पर रख कर दबावें, और उठा कर अन्यत्र रक्खें, करपल्लव और अंगुष्ठ से भी इसी प्रकार आमाशय से आरम्भ करके दांएं बांएं और नीचे गूंधते हुए पहुंचाना कोष्ठबद्धता को हितकर है। अंगुलियों और अंगूठे से पेशियों को पकड़ना, और दबा २ कर छोड़ना चाहिए, जैसे आटा गूंध रहे हैं।

टकोरना, जोर से दबाना, अंगुलियों से चोट लगाना, आड़े हाथों से मलना, गूंधना, मालिश करना, कोष्ठबद्धता की कठोर दशा में हितकर है।

इन सम्पूर्ण कार्य्यों में रोगी (जैसा कि वर्णन किया गया है) लेट जावे, और मालिश किसी ऐसे मनुष्य से करानी चाहिए, जो मालिश करने में तजरुबा और अभ्यास रखता हो, और ऐसे मनुष्य से जिसका व्यवसाय ही यह हो, उस को इसमें खूब अभ्यास हो, मालिश कराने के लिए मैं बलपूर्वक आग्रह करूंगा परन्तु जहां ऐसा मनुष्य मिलना कठिन हो, वहां मालिश सम्बन्धी सूचनाएं आवश्यक कार्य्य को पूरा कर देंगी। हाथ फेरना, या टकोरना, हथेली से किया जाता है।

अब डा० शरमैंनबिग साहिब की भी मालिश सम्बन्धी सम्मति दी जाती है ।

मालिश कर्म्म कोष्ठवद्धता को दूर करता है, और पट्ठों को पुष्टि देता है, अन्त्रियों और उदर पेशियों की शक्ति को बढ़ाता है, इसके अतिरिक्त रक्त भ्रमण को भी तेज करता है ।

मैसाज हरकतों के सिलसले का एक नाम है, जो थोड़े घन्टों में सीखे जाते हैं, परन्तु कर्म्म और शारीरिक व्याख्या से (जो कई मास के अध्ययन से प्राप्त हो सकता) कार्य्य न लिया जावे, तो स्वास्थ्य प्राप्ति के स्थान में हानि सम्भव है । मालिश करने वाले में इन बातों की विशेष योग्यता होनी चाहिए, और इस बात से भी खूब अवगत हो, कि क्या करना और क्या न करना चाहिए । यह एक स्वाभाविक गुण है जो सीखने से नहीं आता । यद्यपि अभ्यास से इस में बहुत उन्नति हो सकती है, मैसाज न तो कठोरता से मलना है, न नरमी से ऐसा कर्म्म करना, प्रत्युत विशेष क्रियाओं का विशेष परिणाम उत्पन्न करने के लिए नियम पूर्वक करना है । यह विचार मिथ्या है, कि इस कर्म्म में अधिक शक्ति की आवश्यकता है, वह मालिश करने वाला जो चर्म और शरीर की बनावट से अवगत है, अधिक बल नहीं लगाएगा ।

परन्तु वह मालिशकर्त्ता जो नसों की बनावट, रक्त और आन्तरिक अवयवों से अनभिज्ञ है, ऐसी शक्ति से रगड़ता है कि यदि हानिकारक न हो तो आश्चर्य है ।

appendicitis (अन्त्रि शाखा में अवरोध, अत्यन्त शूल) का फैलना मैसाज के साथ २ ख्याल किया जाता है, और यह एक गम्भीर प्रश्न है, कि अनुचित मैसाज तो इस रोग-वृद्धि का कारण नहीं है ।

appendii जिस में कोई रुकावट होने के उपरोक्त रोग appendicitis होता है (देखो प्रथम चित्र) एक छोटी सी बारीक नली है, कि जो अन्त्रि को स्निग्ध करने के वास्ते एक प्रकार का तैल निकालती है, प्रायः यह कहा गया है, कि यह नली सर्वथा निकम्मी है ।

है। इस कथन के मिथ्या होने के अतिरिक्त यह परिणाम निकालना भी अज्ञानता है, कि मानुषी शरीरका कोई अङ्ग केवल रोगोत्पन्न करने या चीर फाड़ के लिए वर्तमान है। जब कोष्ठबद्धता हो, तो अनुचित मालिश के कारण मल नली के भीतर जाकर दाह, शूल और फोड़ा उत्पन्न करता है, जिसका नाम एपण्डीसाइटिस है।

अनुचित दबाव भी इस अन्त्र शाखा और अन्त्रियों को कष्ट देता और घायल कर देता है।

अतः मालिश करने वाले का इस सुकुमार बनावट से अवगत होना, अधिक प्रशंसनीय है। यह लिखना भी उचित है, कि मालिश करने वाले ही को सदैव हानि का दोषी नहीं ठहराना चाहिए।

रोगी जो पहिले मालिश करवा चुका है उस को बुलाता है कि एक बार और मालिश करदो, उसको मेहताना समयानुसार दे दिया जाता है, और रोगी की शक्ति जो नष्ट हुई उसका कोई खयाल नहीं किया जाता, और जब तक वह पर्य्याप्त बल अपने कार्य्य में खर्च न करे उसे अनाड़ी समझा जाता है।

स्मरण रहे विलायत में मैसाज करने के वास्ते स्त्रियां होती हैं। उनके सुकुमार हाथ इस कार्य्य के वास्ते उत्तम समझे गए हैं, परंतु इस से आचार सम्बन्धी बुरे परिणाम उत्पन्न होते हैं। हमारी सम्मति में पुरुषों के वास्ते पुरुष और स्त्रियों के वास्ते स्त्रियां होनी चाहिएं।

मैसाज उन कर्म्मों को कहते हैं, जिनके नाम निम्न लिखित हैं—

Effleurage, Petrissage, Tapotment, Vibration, Friction.

इफ़ल्यारेज effleurage, नरम २ लगातार टकोरने को कहते हैं। टकोर हाथ की दो अंगुलियों से दी जाती है, पहिले धीरे २, फिर इतने दबाव से कि भीतरी तहों तक पहुंच जावे।

पैटरीसाज Petrissage या गूंधना, चमड़े का लपेटना, भीतरी पट्ठों और बनावट का दबाना और घोटना, तथा जोर देने का नाम है।

हां इतना घोट कर चर्म को न लपेटें, कि त्वक् और मांस भिन्न जावे।

टेपोटमेन्ट (Tepotment) या थपकना, हथेली से ठहर २ कर थपकने को कहते हैं, पेशियों पर किया जाता है, और जिस ओर पेशियों का मुख होता है। यह उदर पर नहीं करना चाहिए जब तक कि विशेष रूप से न कहा जावे।

वाइब्रेशन (Vibration) अर्द्धकरपल्लव या समस्त के साथ या दोनों हाथों से शीघ्र २ दबाने का नाम है, जैसे मुट्ठी चापी की जाती है।

फ्रिक्शन (Friction) कठोर दबाव पूर्वक कर्म्म की शृंखला का नाम है, जो कर्म हाथ की अंगुलियों या अंगुष्ठ के साथ किया जाता है।

उदर की मालिश ।

कोष्ठबद्धता की चिकित्सा के वास्ते साधारण मैसाज की आवश्यकता नहीं है, परन्तु पेट और रीढ़ की मालिश कोष्ठबद्धता के वास्ते बहुत सहायता देती है।

"पेट की मालिश करने में बहुत से तरीकों के जानने की आवश्यकता नहीं, किन्तु अवयवों का गुण और स्थान भली भान्ति जानना चाहिए, जो कि पेट में हैं।

पेट भी नाना प्रकार के होते हैं, बाजे कठोर और फैले हुए होते हैं, बाजे नरम होते हैं, बाजों में सर्वथा चरबी नहीं होती, बाजे चरबी से पूर्ण होते हैं।

पेट की पेशियां दृढ़ और कठोर भी हो सकती हैं, या शिथिल और ढीली भी, इन बातों का खयाल रखना पड़ता है। क्योंकि विविध दशाओं के कारण कर्म्म में अन्तर पड़ जाता है।

मालिश की साधारण विधि निम्नलिखित है, यह बात भली भांति मालूम करना चाहिए कि मूत्राशय भरा तो नहीं, रोगी को लघुशंका करादें तो उत्तम है, फिर रोगी कम्बल ओढ़ कर पृष्ट के बल लेट जावे, और शिर को थोड़ा उठाए रक्खे, घुटनों को उठाकर

तकिया पर रख देवें, यदि पीठ का कुछ भाग पलंग पर बराबर न हो तो दूसरी तकिया रक्खे।

मालिश करने वाली (जितना आवश्यक है बिना नग्न किए*) एफलोरेज प्रकार की मेसाज से हौले २ टकोरती है, और क्रमशः अधिक बल से दबाती है। ताकि किसी जगह अनुचित कठोरता या नरमी हो तो उसको जांच रहे, और दीखे कि किसी जगह रुधिर संग्रह या दाग तो नहीं है, तब मालिशकर्त्री को चाहिए कि वाम ओर कुच के नीचे अन्तिम पसली के पास से दबाव नीचे की ओर थोड़ा दाएं को देवे, क्योंकि कोलन यहां से होकर जरा दाएं को हो गया है।

इस क्रिया से मानो वह कोलन के मादह को बाहिर निकालने का यत्न कर रही है। इस बात का ध्यान रखना चाहिए, यदि पेट में अफारा हो, या फैलाव हो, तो बहुत जोर से दबाना नहीं चाहिए।

फिर बड़ी मैसिज क्रियाओं से मवाद को ऊपर चढ़ाया जाता है, अर्थात् दाईं ओर कोलन के आरम्भ होने से आरम्भ करके ऊपर और फिर वाम ओर को लावे, और वाम ओर से फिर नीचे को ले जावे, जैसा कि वर्णन हुआ है, ताकि अन्त्रियों का मवाद आगे बढ़े, फिर नाभि के गिर्द पेट के सब भागों तक गोल फ्रिकशन मैसाज लगाना चाहिए।

फिर दोनों ओर से पृष्ठ की ओर हाथ ले जावे, अनन्तर अन्त्रियों को उठावे, दबावे, गूंधे, टकोरे, यकृत् को हिलावे, इस प्रकार से पेट की मालिश को पूर्ण रूप से समाप्त करता है।

पृष्ट वंश की मालिश।

पृष्ठ की मालिश करने में उदर मालिश की अपेक्षा अधिक बल की आवश्यकता है, एक अंगुली गर्दन की गुद्दी से लेकर रीढ़

---

* डा० साहिब की यह आज्ञा कुछ अर्थ रखती है, मालिश करने वाली अधिक नग्न करके अनुचित कराती है। मेरे एक मित्र ने मुझे बताया कि वह विलायत में जब मालिश कराने लगे तो वह स्त्री थोड़ी देर में उनको अपने ढंग पर ले आई......

की हड्डी के शिरे तक मद्धिम दबाव के साथ हड्डियों के उभार पर फेरा जाता है, यह देखने के वास्ते कि आया रीढ़ की हड्डी में कोई रोग या खराबी तो नहीं है।

तब (मालिश कर्त्री) इनफल्यूरेज मेसाज से टकोरती है, जैसा कि वर्णन हो चुका है, और इसके पश्चात् पैट्रीसेज क्रियाओं को जोर से करती है, पैट्रीसेज की क्रियाएं नीचे से आरम्भ करके ऊपर को ले जाई जाती हैं, और अंगुलियों के मध्य छोटे २ मांस के टुकड़ों को गूंधना चाहिए। तब ऊपर से नीचे की ओर मालिश करती है। अंगुष्ठ को अंगुलियों से ऊपर रक्खो, और अंगुलियों से पेशियों को दबाओ और गूंधो, फिर अंगुष्ठ के ऊपर रक्खो, और इसी प्रकार हथेली के ऊपरी भाग को अंगुलियों पर रक्खो कि अर्द्ध चन्द्राकार बने, और अब जोर से मलना चाहिए, रीढ़ की हड्डी दोनों ओर ऊपर रक्खो, फिर नीचे की हथेली के जोर से दबाते और मैसाज करते हुए आवें, १२-१३ बार करने के पीछे मालिश कर्त्ता अपनी कलाई को जोर से आरीवत फेरता है। और पृष्ठ से कन्धों की हड्डी तक पहुंचता है, अन्तिम टेपोटमेन्ट और फ्रेकशन मैसाज आरम्भ करो, परन्तु हड्डियों को छोड़ दो, क्योंकि त्वचा गरम व लाल हो जाती है। मालिश के परिणाम से इसका लाभ मालूम होता है॥

यदि सुस्ती व पीड़ायुक्त थकावट मालूम होवे तो समझो कि मालिश बहुत जोर से और देर तक की गई है, जो नहीं करना चाहिए। किन्तु यदि चित प्रसन्न हो, निद्रा आवे तो उत्तम मालिश समझनी चाहिए, और बहुत लाभ दायक होगी।

कोष्ट बद्धता सम्बन्धी आवश्यक नोटों का वर्णन हो चुका, अब हम इलाज लिखते हैं।

साधारण कोष्टबद्धता—अर्थात् जो कभी २ कुछ कुपथ्य आदि से हो जाता है, इसके लिये आहार का ठीक कर देना, या रेचक औषधि देना पर्य्याप्त है। प्रकृत रूप से इलाज करने वाले इसके लिये औषधि देना बहुत बुरा समझते हैं; यह भूल है, इसमें सन्देह

नहीं कि जितनी औषधियां कम दी जावें उत्तम है, और कोष्ठबद्धता ही के लिए नहीं वरन् अन्य रोगों के वास्ते भी यही नियम है, परन्तु अवश्यकता पड़ने पर औषधि सेवन न करना भी बुरा है, साधारण कोष्ठबद्धता को पुराने तरीकों से बढ़ाने की आवश्यकता नहीं है।

एक डाक्टर लिखता है, 'थोड़ा सा कैसकारा कम्पौंड लिकरिस पौडर, या शर्वत सनाय आदि इतना अधिक हानि नहीं करता जितना कि प्रातःकाल की चाय का प्याला, या सेव, या नारङ्गी का उठने पर खाना या भोजन पीछे तम्बाकू पीना।

साधारण कोष्ठबद्धता के लिए डाक्टरी में प्रायः निम्न लिखित योग वर्ते जाते हैं।

लैमू का रस, गरम पानी और गिलीसिरीन एक पियाला में डाल कर मिलाओ, जब वह मिल जावे, पीलो। कोमल प्रकृति वालों के लिए यह बहुत उत्तम है, केवल शौच खुल कर आता है। प्राकृतिक चिकित्सा के कर्त्ता भी इसको बताते हैं, क्योंकि वह लैमू और गिलीसिरीन को औषधियों में नहीं गिनते हैं। हम नहीं समझते कि यह और क्या है ?

(२) सेलड आयल (Salad oil) एक टी स्पूनफुल अर्थात् ३ माशा खिलाने से अन्त्रियां नरम हो जाती हैं और शौच खुल कर आ जाता है यह ध्यान रख लें कि रोगी के हाज़मा को तैल खराब न करता हो, यह भी कोमल प्रकृतियों के वास्ते है।

(३) एरण्ड तैल (Caster oil) २—३ माशा दो घन्टे के अन्तर से उस समय तक देना जब तक कि कोष्ठबद्धता खुल जावे, और यह प्रत्येक प्रकृति वाले को शौच ले आता है। पहिले लघु मात्रा में देना चाहिए। हां यदि कोष्ठबद्धता न खुले तो द्वितीय बार दे सकते हैं। इसमें यह बुराई है, विरेचन के पीछे कोष्ठबद्धता हो जाया करती है, अतः नित्य कोष्ठबद्धता के वास्ते इसे नहीं सेवन करना चाहिए, परन्तु कोष्ठबद्धता खोलने के वास्ते इससे उत्तम औषधि डाक्टरी में प्रसिद्ध नहीं है। इसमें एक और अवगुण है कि यह कुस्वादु है।

एक और डाक्टर साहिब लिखते हैं, कि कहवा या जिअर-वाइन चमचे में डालें और थोड़ा सा इसको लेकर मसूढ़ों पर रगड़ें फिर एरण्ड तैल को इस चमचे में इस प्रकार डालें कि तैल चमचे को न लगे, कहवादि पर तैरता रहे, फिर इस चमचे को मुख में डाल कर एक ही घूंट में पी जावे।

"लैंकसूल" एक प्रकार का एरण्ड तैल है, जिसमें कुस्वादु बहुत कम होता है। दूध में एरण्ड तेल बहुत लाभ करता है। हमारे लोग गुलाब अर्क में डाल कर भी देते हैं। गुलाब अर्क में ३ माशा तुरंजबन भिगो दी जावे और उसको छान कर एरण्ड तैल मिला कर दिया जावे तो और भी अधिक प्रभाव होता है, और यह वस्तु भी उत्तम है।

निम्न लिखित एरण्ड तैल योग अच्छा वर्णन किया जाता है, क्योंकि यह स्वादु का खराब नहीं करता है।

एरण्ड तैल (कैस्टरायल)	... ...	३ माशा
सोलप्यूशल आफ पोटाश	... ...	१० बूंद
कम्पौन्ड टिंकचर आफ़ कारडीमम	...	२० बूंद
पेपरमेन्ट वाटर १ औंस	... ...	१ औंस

सब को भली भांति एक में मिला कर सेवन करें।

एरण्ड तैल बनाने की विधि।

एरण्ड तैल विलायत से बना बनाया आता है, परन्तु स्वयं भी तैयार किया जा सकता है। बहुत सी विधियां हैं, परन्तु हम नीचे वह विधि लिखते हैं, जिस से न्यूनाधिक जितना चाहो सहज में बन सकता है।

✓ एरण्ड बीज लेकर कड़ाही में भून लो, जल न जावे, फिर छिलका सहित बारीक कूट लो, फिर चार गुणा पानी मिला कर मंद अग्नि पर रक्खो, थोड़े घंटों की आंच से तेल ऊपर आजावेगा, इस को यत्न से नथार लें।

रहूं बर्र अर्थात् रेवन्द खताई भी उत्तम ओषधि है, आमाशय

को सहायता देती है, इस में इतना दोष है, कि विरेचन पीछे कोष्ठ-बद्धता हो जाती है, इस लिए इसे किसी अन्य औषधि के साथ मिला कर देते हैं।

ग्रेगेरी पौडर एक पेटन्ट औषधि है इस में रोवर्ब, मग्नेशिया और जिंजर होता है।

मात्रा इसकी २० ग्रेन अर्थात् १० रत्ती है, विना कष्ट इस से शोच आता है।

तीव्र विरेचन बलवान मनुष्यों के लिए।

R. Magnesiæ Sulphatis	...	...	oziss
Acidi Sulphurica Diluti	...	...	dii
Tincturæ Zingiboris...	...	...	dii
Glycerini puri	... ...	...	dvi
Aquæ Menthæ Piperitæ	...	...	ad ozvi

सब को एक में मिलालो ⅙ भाग प्रातः समय देना चाहिए, पिलाते समय औषधि को हिलालो। यदि आवश्यकता हो तो २ घन्टे पीछे पुनः दे सकते हो।

तीव्र परन्तु बलदायक विरेचनदृढ़ मनुष्यों के लिए।

R. Magnesiae sulphatis	...	...	oziss
Ferri Sulphatis	... ...	...	gr vi
Sodii Chloridi	... ...	...	gr xxx
Acidi Sulphurici Diluti	...	...	di
Infusi Quassiæ	... ...	...	ad ozvi

⅙ भाग प्रातः समय, यह भी दृढ़ शरीर वालों के लिए तीव्र विरेचन है टानिक अर्थात् बलदायक है॥

अन्य

अपसम साल्ट एक पेटेन्ट औषधि है इसको भी डाक्टर प्रायः वर्तते हैं। यह अर्द्ध गिलास गरम पानी में मिला कर दी जाया करती है, और साल्ट भी वर्ता जाता है, अपसम साल्ट सलफेट आफ मग्नेशिया है, और गेलाबर साल्ट सलफेट आफ़ सोडा।

तीव्र विरेचन ॥

R, Sodæ Sulphatis	...	...	...	oziss
Acidi Sulphurici Diluti		...	...	di
Infusi Gentianæ Co., ...		...	...	ad ozvi

$\frac{1}{6}$ भाग अर्द्ध गिलास गरम पानी में मिला कर प्रातः सेवन करना चाहिये ।

R Sodæ Sulphatis	...	...	...	oziss
Sodæ Bicarbontis	...	...	...	dii
Tincturæ Zingiberis ...		...	...	di
Infusi Gentianæ Co., ...		...	...	ad ozvi

$\frac{1}{6}$ भाग अर्द्ध गिलास गरम पानी में मिलाकर सेवन करावे। और विशेष कर उनको जिन्हें अफारा भी हो ॥

R. Pulveris Rhei	...	...	...	dii
Sodæ Bicarbonatis	...	...	...	dii
Decocti Taraxacæ	...	...	...	ad ozvi

$\frac{1}{6}$ भाग प्रातः समय, कोष्ठबद्धता का कारण ज्ञात न हो तो भी यह अधिक ठीक बैठता है ॥

R. Pulveris Rhei	...	...	...	dii
Sodæ Bicarbonatis	...	...	...	dii
Infusi Rhei	...	...	...	ad ozvi
R. Pulveris Rhei	...	...	...	gr xxx
Tincturæ Rhei	...	...	...	dii
Magnesiæ Carbonatis...		...	...	di
Spritiūs Anisi	...	...	...	mvi
Spiritūs Meathæ Piperitæ		...	...	dii
Aquæ ...	...	...	...	ad ozvi

$\frac{1}{6}$ भाग प्रति घन्टे के पीछे रेचक है, और विशेष कर उस समय दी जाती है जब कि पीड़ा भी हो, और घोर पीड़ा हो तो

टिंक्चर ओपिअम १५ बूंद मिलाने से अति शीघ्र आराम हो जाता है।

R. Elixiris Cascaræ Sagradæ ... (B. P. C.)

यह औषधि प्रातः समय और सायं समय एक डराम देने से लघु विरेचन होकर कोष्ठबद्धता जाती रहती है।

R. Extracti Cascaræ Sagradæ Liquidi	...			div
Spiritûs Ammoniæ Aromatici	...		...	dii
Spiritûs Chloroformi	...	...	...	di
Extracti Glycerrhizæ Liquidi	...		...	dii
Syrupi Zingiberis	...	...	...	dii
Aquæ destillatæ	...	...	...	ad ozvi

$\frac{3}{2}$ भाग सायं प्रातः दोनों समय देने से लघु विरेचन होता है।

R. Extracti Cascaræ Sagradæ Liqudi	...			dvi
Syrupi Zingiberis	...	...	...	dvi
Aquæ Cinnamomi	...	...	...	ad ozvi

४ डराम अर्थात् एक टेबलस्पूनफुल दवाई थोड़े से पानी में मिला कर सायं प्रातः देवें, यह लघु विरेचन है।

विरेचन वटी।

R. Pulveris Rhei	...	...	...	gr xi
Extracti Colocynthidis Co.,	...		...	gr xx
Extracti Hyoscyami	...	...	...	gr x
Olei Carui	...	...	...	ozi

सब को मिला कर थोड़ा सा पानी प्रविष्ट करके २० गोलियां बनाओ, और सोते समय १ से २ गोली तक पानी के साथ प्रातः समय सेवन करो, कोष्ठबद्धता दूर होगी॥

R. Extracti Aloês Socotrinæ	...		...	gr xx
Extracti Hyoscyami	...	...	...	gr xx
Extrocti Nucis Vomicæ	...		...	gr v

Pulveris Ipecacuanhæ ... ... gr ii

सब को मिला कर २० गोलियां बनाओ, दोपहर १ गोली खाओ, सायं काल में खुल कर शौच होगा।

R. Pilulæ colocynthidis et Hyoscyami .. dii

२० गोलियां बनाओ। १-२ सोते समय पानी से खाओ, आंतों की शक्ति बढ़ कर कोष्ठबद्धता दूर होगी।

R. Extractcolocynthidis Co., ... gr xi

Extracti Bell adonnæ ... ... gr v

Extracti Nucis Vomicae ... ... gr v

२० गोलियां बनाओ। एक प्रातः भोजन के पीछे खाओ। कभी कभी इसके खाने से आंतों की शक्ति बढ़ जाती है, कोष्ठबद्धता नहीं होने पाती॥

R. Extracti Aloês Socotrinæ ... ... gr xx

Pulveris Rhei ... . gr xx

Pulveris Myrrhæ ... ... gr x

Saponts Duri ... ... gr x

Olei Menthae Piperitæ ... ... ozi

सब को मिला कर २० गोलियां बनावें। दोपहर भोजन के पीछे १ गोली खावें, इसके खाने से शौच खूब आता है, यह लघु विरेचन है॥

R. Extracti Cascarae Sagradæ... ... gr xxiv

Extracti Nucis vomicae ... ... gr iii

Extracti Belladonnæ Foliorum... ... gr iii

Pulveris Ipecacuanhæ .. .. gr iii

२४ गोलियां बनाओ। सोते समय एक गोली खाओ, यह सारक है।

सामान्य कोष्ठबद्धता का देशी इलाज।

यदि कोष्ठबद्धता हो तो उसके लिए नीचे इलाज लिखे जाते हैं:-

(१) साधारण कोष्ठबद्धता के वास्ते प्रातः समय हरड़ छाल चूर्ण ३ माशा, या ६ माशा यथासामर्थ्य अर्क या बासी पानी से

खावें, आध घन्टा पीछे खुल कर शौच आजाता है।

(२) गुलकन्द बनफ़शा या सादह गुलकन्द १ तोला, या अधिक, प्रकृति के अनुसार गरम दूध से खावें। यह भी मृदु रेचक है।

(३) शर्बत बनफ़शा गुलाब अर्क मिलाकर पीने से कोष्ठबद्धता खुल जाती है।

(४) बादाम रोगन ६ माशा, गरम दूध में मिलाकर पीने से साधारण कोष्ठबद्धता खुल जाती है।

नोट—स्मरण रहे कि बादाम और दूध बाज़ प्रकृतियों को कोष्ठबद्धता करते हैं। इसको ध्यान रखना आवश्यक है। जिनको दूध कोष्ठबद्धता करे, उन को अनुपान गरम पानी देना चाहिए।

(५) जंग हरड़, रेवन्द चीनी, सनाय, सम भाग खरल कर मधु से जंगली बेर के बराबर बटी बना, १ से ४ गोली तक प्रकृति के अनुकूल रात को गरम दूध से खावें।

(६) निशोथ ६ तोला, जुलाबा ३ तोला, इश्कपेचा २ तोला, रूमी मस्तगी १ तोला, पीत हरड़छाल १ तोला, बादाम रोगन ३ तोला, मधु २६ तोला मिश्री १३ तोला, सब का चूर्ण कर के बादाम रोगन से स्निग्ध करे, और मधु से मिला कर रक्खे। मात्रा २ से ६ माशा तक, दूध या गरम पानी, से रात्रि को सोते समय खावें, यदि कोष्ठबद्धता अधिक हो और दोषों को निकालने की आवश्यकता हो तो १ तोला या २ तोला प्रातः समय खिलावें, दिन में १ दो दस्त होकर उदर शुद्ध हो जायगा।

निशोथ शोधन विधि।

निशोथ को सदैव शोध कर वर्तना चाहिए। निशोथ की वे लकड़ियां लेनी चाहियें कि जिनका स्वरस कहीं २ निकल कर गोंद सा बन गया हो। और काला न हो गया हो। पहिले उसे चाकू से छीलें, फिर कूटें। लकड़ी के ऊपर से छिलका अलहदा कर के बीच की कठोर लकड़ी फेंक दें, मोटे छिलके का चूर्ण करें, इस को जब डालना हो इसी प्रकार डालें।

(७) ऐसे निशोथ के आटे में थोड़ा सा पानी डाल कर टिकिया बना लें, और घृत में इस को तल लें, यहां तक कि लाल हो जावे जल नहीं, उतार कर सम भाग मिश्री मिला कर रक्खें, ३ माशा दूध से खिलावें, कोष्ठबद्धता दूर होती है। विरेचन की आवश्यकता हो तो ६ माशा तक दे दें। तीव्र विरेचन के वास्ते अधिक भी दी जा सकती है।

(८) सनाय ३ से ९ माशा तक यथाआवश्यक लें, यह एक प्रकार के पत्र हैं, इनकी डण्डी दूर करें और बीज भी निकाल डालें फिर महीन वस्त्र की पोटली में बांधें, और २ पाव दूध में लटकावें, नीचे नरम आंच करें, आध सेर रह जावे तो उतार कर पोटली मल कर दूध से निकाल लें, फिर दूध में थोड़ा बादाम रोगन और मीठा डाल कर पी जावें, उदर शुद्ध हो जायगा। यदि केवल एक दस्त का आवश्यकता हो तो रात के समय १ माशा, सनाय इसी प्रकार उबाली हुई पर्य्याप्त ह।

(९) वैद्यक और युनानी में कोष्ठबद्धता को दूर करने के वास्ते और विरेचनार्थ जमालगोटा सब से अधिक प्रसिद्ध है, और सचमुच यह उत्तम चीज है, बढ़िया प्रकार की जितनी गोलियां हैं सब में यही पड़ता है। परन्तु स्मरण रहे कि इसका तेल जो हस्पतालों से मिलता है अत्यन्त तीव्र होता है, उसे कोष्ठबद्धता दूर करने के लिये कदाचित् न वर्तना चाहिए। ओर जयपाल (जमाल गोटा) अशुद्ध मतलो, यह वमन, घबराहट, खारश आदि अनेक खराबियों का कारण है। इस के लाभ तब ही प्रगट होते हैं, जब जमालगोटा शुद्ध किया जाए। जयपाल मिश्रित विरेचन योग लग भग मुझे ४० याद हैं, परन्तु मैं एक निम्न लिखित योग लिखता हूं, जो मेरा स्वानुभूत है। इसकी रात को १–२ गोली खाने से प्रातः एक आध दस्त हो जाता है। और विरेचन लेना हो तो ५ या १० गोलियां पर्याप्त होती हैं। योग यह है:—

बढ़िया विरेचन।

शुद्ध रस ६ माशा, आमलासार गन्धक शुद्ध ६ माशा, सोंठ

६ माशा, काली मरिच ६ माशा, पीपल ६ माशा, जयपाल मींगी शुद्ध ४ तोला, रस गन्धक की कजली करें, फिर सब औषधियां मिलाकर ताम्बूल रस से एक दिन खरल करें, और एक रत्ती की गोलियां बनावें, रात को १ गोली पानी से खावें, तो खुल कर शौच आजावे। कोष्ठबद्धता हो तो ६ से १६ गोली तक यथावश्यक पानी से खावें। जब दस्त हो चुकें तो दही मिश्री खावें। आहार—लवण वाले चावल। उदर रोग यथा अफारा, शूल, जलोदरादि दूर होते हैं। जुलाब के वास्ते यह गोलियां अमृत समान हैं। और त्रिदोष को निकालती हैं। बालकों को इन से जुलाब दिया जा सकता है। एक या अर्द्ध गोली से बालक को जुलाब होता है। और वह नीरोग हो जाता है। अपाचन ज्वरादि भी दूर हो जाते हैं। बालक, बूढ़ा, स्त्री, पुरुष सब को एक जैसा गुणकारी है। शीतल जल से देनी चाहिए रस गंधक की शोधन विधि निम्न लिखित है:—

नोट—पारद तथा गन्धक को जब एकत्र पीसा जाय, तो यह दोनों मिल कर कज्जली बन जाते हैं, चाहे किसी औषधि में डालो हानि नहीं करते, इनका काम यह है, कि औषधि की शक्ति को बीसों गुणा अधिक कर देते हैं, वैद्यक को यदि अपने योगों पर अभिमान है तो इन्हीं दोनों के भरोसे पर है। जिस औषधि में यह दोनों पड़ें, उसे अकसीर समझना चाहिए, लोगों का यह विचार मिथ्या है, कि हानि करते हैं। हां इन में दोष अवश्य वर्तमान है। यदि निर्दोष न किया जावे तो अवश्य हानि करते हैं। शिङ्गरफ से जो पारा निकाला जाता है, वह कुछ साफ हो जाता है, और गन्धक सम भाग घृत के साथ पिघला २ कर गौ दुग्ध में ७ बार बुझावे तो सर्वथा शुद्ध और हानि रहित हो जाता है।

शिङ्गरफ से पारा निकालने की उत्तम व सहज विधि।

शिङ्गरफ २ तोला को लैमू रस से इतना खरल करें, कि बारीक टिकिया बनने के योग्य हो जावे, जितनी टिकिया बारीक होंगी उतनी सहज से पारा निकलेगा, और उनको सुखा कर एक हांडी में अलग २ रक्खें, और दूसरी हांडी औंधा कर दोनों

का मुख दृढ़ता से बंद कर दें, और अग्नि पर रक्खें, ऊपर की हंडिया पर गीला वस्त्र रक्खें ताकि शीतल रहे; ३ घंटे की तेज अग्नि से पारा ऊपर की हंडिया को जा लगेगा, पोंछ कर वस्त्र में छान लेवें पारा एक तोला निकल आवेगा और कार्य्य योग्य साफ होगा।

नोट—जमाल गोटा शुद्ध करने की विधि यह है, कि भैंस का गोबर पानी में घोल लें, और एक मटका में भर दें, और दन्ती की पोटली बांध कर उसमें लटकावें, ३ घंटे की अग्नि देने के पश्चात् गोबर निकाल कर एक घन्टा इसी प्रकार दही में थोड़ा पानी मिला कर नर्म करके अग्नि दें, और निकाल कर छील कर पित्ता दूर करें, गिरी काम में लावें।

९) शुद्ध जमालगोटा की गिरी, बादाम गिरी समान भाग कूट लें, और एक पोटली में बांध कर एक मटका में जिस में आधा पानी भरा हो इस प्रकार लटकावे कि पोटली पानी को न लगे और नीचे आग्न दें, वाष्प पोटली को लगेगी, कुछ देर पीछे पोटली को हाथ से मलें, और निचोड़ लें तेल गिरेगा इसकी एक बूंद विरेचनार्थ पर्याप्त है।

(१०) जङ्गीहरड़, रेवन्दचीनी, सनाय सम भाग पीस कर मधु के साथ बन बेर प्रमाण गोलियां बनावें, यह गोलियां कोमल प्रकृति वालों के लिए उत्तम हैं। गरम दूध या पानी से रात को सोते समय खाने से, प्रातः एक दस्त होगा, अर्श को भी यह गोलियां गुणकारी हैं।

नोट—सनाय का प्रभाव आंतों के पट्ठों पर होता है, ४ घंटे पीछे दस्त आरम्भ हो जाते हैं। सनाय का प्रभाव कोलन पर विशेष होता है। इस के सेवन पश्चात् कोष्ठबद्धता नहीं होती है। जैसा कि रेवन्द चीनी आदि और औषधियों के पीछे हो जाया करती है, दूध वाली स्त्री को सनाय दी जावे तो बालक को दस्त आजाते हैं।

(११) हालवे साहिब—की गोलियों के नाम से कौन

अनजान है, लाखों रुपया इन से कमाया। रात्रि को खाने से प्रातः खुल कर दस्त हो जाता है, इनकी औषधियां सुनाः—

एलुवा जुलावा सोंठ. मुर सम भाग लेकर जंगली बेर बराबर गोलियां बनावें, रात को एक गोली सौंफ अर्क या गुलाब अर्क. या पानी से देवें।

नोट—एलुआ का प्रभाव १०-१५ घंटे पीछे होता है, नित्य कोष्ठबद्धता दूर करने के वास्ते प्रायः एलुवा डाल देते हैं। अंगरेजी में एलोज नाम है। रात को सेवन करने वाली गोलियों में एलुवा इसी वास्ते होता है. कि प्रातः शौच खुल कर हो जावे, और निद्रा में विघ्न न हो। जब प्रधान अन्त्रों में सुस्ती और मन में उद्वेला हो तो एलुवा उत्तम वस्तु है। इस के सेवन से पाचन शक्ति बढ़ती है। परन्तु अधिक मात्रा में देने से मरोड़ युक्त पीड़ा होती है। और कभी रक्त भी आजाता है, अर्श रोगियों को, अन्त्र रोगियों को. प्रदर ग्रस्त स्त्रियों को गर्भिणी को एलुवा कदापि नहीं देना चाहिए। युनानी योग जो हब्बशबाना के नाम से प्रसिद्ध हैं (अर्थात् रात्रि की गोली) उनमें एलुवा भी इसी उद्देश्य से सम्मिलित होता है कि सदैव दस पन्द्रह घन्टे के पीछे नरम व कोमल मल आजाता है. निम्न लिखित योग हब्बे शबियार लिखे जाते हैः—

(१२) हब्बे शबियार योग।

शुद्ध निशोथ, आकाश बेल, गारीकून, उस्तू खद्दूस, काबुली हरड़, प्रत्येक १ भाग, अयारजफेकरा १॥ भाग. अगर ३ भाग, कूट पीस कर गोलियां बनावें, मात्रा ३ से ६ माशा तक, गरम दूध वा गरम पानी से। यह योग उस समय हितकर है, जब कि कफ सड़ कर सौदा बन रही हो, शिर शोधक है।

नोट—इस योग में जो अयारज फकीरा लिखा वह द्रव्य का नाम नहीं वरन् निम्न लिखित मिश्रित योग का नाम हैः—

इन्द्रायण का गूदा ४० माशा कुन्दर, काली मरिच. श्वेत मरिच, पीपल, प्रत्येक १६ माशा. केशर, मुर, एलुवा, उश्शक (कांदर)

हाशा (तोमस), प्रत्येक ४ माशा, सकमूनिया शुद्ध ६४ माशा, अनारै अफसंतीन ८ माशा, कूट छान कर पानी से गोलियां बना रक्खें।

(१३) अन्य हब्बेशबियार।

एलवा ९ माशा, गुलाब पुष्प, पीत हरड़, निशोथ, प्रत्येक तीन माशा, सकमूनिया अंगरेजी १॥ माशा, कूट छान कर गोलियां बनावें, मात्रा तीन माशा से ६ माशा तक, रात को सोते समय दें।

(१४) अत्रीफल ज़मानी।

एक प्रसिद्ध युनानी योग है, जब साधारण कोष्ठबद्धता होती है, और सख्त कोष्ठबद्धता में भी इस से विरेचन देना हो तो ३-४ तोला खाते हैं, अन्यथा ६ माशा के लगभग रात को गरम दूध से खा छोड़ें, प्रातः खुल कर १-२ दस्त हो जाते हैं, बाजार से बनी बनाई भी मिल जाती है।

अत्रीफल ज़मानी का योग यह है।

मस्तिष्क को शुद्ध करता है, त्रिदोष निवारक है, प्रतिश्याय को दूर करता है, दिमाग़ को बुखारात नहीं चढ़ने देता, परिणाम शूल को गुणकारी है, आमाशय को शुद्ध करता है, इसकी शक्ति २ वर्ष तक रहती है मात्रा विरेचनार्थ १ तोला तक है और नित्य सेवन के लिए ३ से आठ माशा तक है। और सब के अनुकूल आता है:—

पीतहर्ड़ छाल, काबुली हर्ड़ छाल, कृष्ण हर्ड़, बनफ़शा पुष्प, सकमूनिया शुद्ध प्रत्येक ४० माशा, निशोथ शुद्ध, धनिया शुष्क प्रत्येक ८० माशा, बहेड़ा छाल, आमला गुलाब पुष्प, वंशलोचन, गुल नीलोफर, प्रत्येक २० माशा, श्वेत चन्दन, कतीरा, प्रत्येक १२ माशा, मिष्ट बादाम रोग़न १२० माशा, सब औषधियों को कूट छान कर बादाम रोग़न से स्निग्ध करें, उन्नाब १०० नग, लसूड़िया १०० नग, बनफ़शा ४० माशा, सब को चौगने पानी में पका कर छानें, फिर पीतहर्ड़ छाल सम भाग पानी में भिगोकर उसका रस सब

औषधियों से ड्योढ़ा लें, फिर मधु सर्व औषधियों के बराबर, (वही औषधियां जो चूर्ण बनाई हुई है) इन में हर्ड़ का पानी डाल कर चाशनी पका कर नीचे उतार कर सब औषधियां मिला कर अमृत-बान में रख लें।

(१५) बायबिड़ंग, त्रिफला, पिपलामूल धनिया, चित्रा, काली मरिच, इन्द्रयव, पीपल, गज पीपल, अजमोद, पञ्च लवण, प्रत्येक तोला, सब औषधियों का महीन चूर्ण कर, निशोथ चूर्ण ३२ तोला बादाम रोगन ३२ तोला, आमला का रस (ताजा न मिले शुष्क ले कर सम भाग पानी में भिगो कर छान लें) १९२ तोला, गुड़ २०० तोला, औषधियों के चूर्ण को रोगन से स्निग्ध कर के गुड़ में आमला का रस डाल कर चाशनी बनावें, और औषधियां मिला दें, मात्रा १ से २ तोला तक, इस को गरम पानी या दूध से देवें, प्रातः दस्त होंगे।

(१६) निशोथ १ तोला, मिश्री १ तोला, सब का चूर्ण बनावें, और मधु से बनबेर प्रमाण गोलियां बनावें, यह कोष्ठबद्धता नाशक है।

(१७) वैद्यक में अत्रीफल जमानी की तुलना में अभयादि मोदक बहुत व्यवहरित हैं, जिसका योग यह हैः—

अभया आदि मोदक।

हर्ड़ छाल, काली मरिच, सोंठ, वायविड़ंग, आमला, पिपला मूल, पीपल, दार चीनी, पत्रज, नागर मोथा, प्रत्येक १ भाग जमा-लगोटा की जड़ २ भाग, निशोथ आठ भाग, खांड ६ भाग, सब औषधियों का चूर्ण कर के मधु में मिलावें, और १। या १॥ तोला के लड्डू बनावें, प्रातः समय एक खावें, और ऊपर से ताजा पानी पीवें, दस्त आवेंगे, जब तक दस्त आते रहें, उष्ण पदार्थ खावें। इस से ज्वर, अजीर्ण, कामला, कास, भगन्दर, कुष्ठ, गुल्म, अर्श, गलगण्ड, उदररोग, प्लीहा, मूत्रमेह, नेत्ररोग, अफारा, सोजाक, अश्मरी, पंक्तिशूल, कटिशूल, उरुस्तम्भ आदि दूर होते हैं। दैनिक सेवन के वास्ते मात्रा ३ माशा से ९ माशा तक है। रात्रि को दुग्ध या पानी से खावें।

साधारण कोष्ठबद्धता के वास्ते और भी योग हैं, परन्तु हम इतने पर बस करके आगे बढ़ते हैं।

आवश्यक नोट ।

कोष्ठबद्धता नाशक औषधियों के सम्बन्ध में सावधानता की अत्यन्त आवश्यकता है, हमारा प्रति दिन का तजरुबा है, कि जो गोलियां एक मनुष्य को ३ संख्या में १२ दस्तों को पर्याप्त होती है, दूसरे मनुष्य को वही गोलियां २० संख्या एक दस्त भी नहीं लाती हैं। सुकुमार प्रकृति वाले रोगी को रेचक औषधि की साधारण मात्रा कतिपय समय इतने दस्त लाती है, कि उसे चिर काल के लिए रोगी करदे, और दृढ़ कठोर मनुष्य को वही मात्रा कुछ भी नहीं करती, अतएव जब तुम्हारे पास कोष्ठबद्धता का रोगी आवे, तो तुम पहले उसकी पिछली दशाओं से मालूम करो कि उसकी प्रकृति इस विषय में कैसी है।

फिर यह भी देखो कि दृढ़ मनुष्य है, या निर्बल ? तब उस को जितनी मात्रा तुम उचित समझो निःसन्देह उस से भी कम दो, यदि कोष्ठबद्धता दूर न हो तो अधिक मात्रा दो। बाजे डाक्टरों का यह नियम अच्छा है, विरेचन की मात्रा छोटी २ दो २ घण्टा के पीछे देनी आरम्भ कर देते हैं, जब पर्याप्त दस्त हो जावें, बन्द कर देते हैं।

नोट नं० २—"औषधि देने का समय भी एक आवश्यक बात है, एक सुयोग्य डाक्टर लिखता है:—

"विरेचन औषधि के वास्ते सेवन काल का चुनना भी ऐसा ही आवश्यक है, जैसा कि उत्तम औषधि का देना आवश्यक है।

"समय प्रभाव विविध मनुष्यों में, विविध प्रकृतियों में और एक ही मनुष्य में विविध अवस्थाओं में विभिन्न होता है; यह प्रभाव अन्त्री ग्रन्थियों की चेतनता पर निर्भर है, और वह हर समय चैतन्य नहीं होता है, परीक्षा और अनुभव इन की चेतनता के समय को प्रगट कर सकते हैं, और उस समय की हुई सामान्य

विरेचन औषधि भी उत्तम परिणाम प्रगट करती है, किन्तु वही औषधि यदि आंतों के विश्राम के समय दी जाय तो कोई परिणाम उत्पन्न नहीं करती, वरन् खराश उत्पन्न करेगी। यह अन्तिम ग्रन्थियां काम करने के पीछे विश्राम चाहती हैं। इस लिए यदि विरेचन औषधियां लगातार देर तक देते चले जावें, या अति तीक्ष्ण विरेचन देवें, जिस से कि उन को विश्राम न मिले तो वह जलने लगेगी, या ऐसी निकम्मी हो जायेगी कि अपना काम बंद कर देंगी"।

समय विषयक उपर्युक्त सम्मति अत्युत्तम है। आपने देखा होगा, कि एक औषधि जो आपने प्रातः समय दी थी, उसने सारा दिन कुछ प्रभाव न किया था, और अगली रात्रि जब दी गई तो पर्याप्त दस्त हुए। अतः जब रोगी आवे तो प्रश्न द्वारा मालूम करने का उद्योग करो, कि पीछे उसे भली भांति विरेचन हुआ था, और उस बार औषधि उस को किस समय दी गई थी।

हमारे तजुरबे में यह सिद्धान्त आया है, कि सारक औषधि जिन से केवल एक २ दस्तों की इच्छा हो तो रात को सोते समय दें। क्यों कि सोते पड़े पर अपना प्रभाव करती है, और कोई कष्ट नहीं होता है, प्रातः खुल कर शौच हो जाता है। यदि विरेचन देना हो तो प्रातः समय उत्तम है, ग्रीष्म ऋतु में प्रातः समय और शीत ऋतु में सूर्य्योदय के पश्चात्, अर्थात् ग्रीष्म में अधिक गरमी और शीत में अधिक सरदी के समय न देवें, यही कारण है, कि जो लोग स्वास्थ्य की इच्छा से वर्ष के वर्ष विरेचन लेते हैं, वह आसौज, कार्तिक फाल्गुण और चैत्र मास में लेते हैं। जब कि सरदी व गरमी का अधिक जोर नहीं होता, यदि दस्त कम आवें, तो और औषधि दी जा सकती है। यहां तक कि तीसरे पहर तक जितने आने हों आजाते हैं। रात्रि को विरेचन लेने में यह भी कष्ट है, कि एक तो निद्रा से विरेचन का प्रभाव कम हो जाता है, द्वितीय सारी रात वेआरामी रहती है।

नोट नं० ३—दस्त या दस्तों के पीछे क्या खाना चाहिए?

यह प्रश्न भी आवश्यक है। बाजी औषधियों के वास्ते नियत होता है, यथा आपने दही चावल, या मिश्री और दही लिखा देखा होगा। बहुधा मूंग की नरम खिचड़ी दी जाती है, और कभी सागूदाना भी देते हैं, मैदा की कोई वस्तु कदापि न देनी चाहिए, और गुरुपाक ग्राही वस्तु न दी जावे।

नोट नं० ४—प्राकृतिक चिकित्सा वाले जो औषधियां नहीं दिया करते, वह कोष्ठबद्धता का निम्न लिखित इलाज किया करते हैं।

एक फलालैन का टुकड़ा शीतोष्ण पानी में, या दृढ़ मनुष्य के वास्ते शीतल पानी में भिगो कर थोड़ा निचोड़ लेते हैं और पेट पर रख देते हैं, उस के ऊपर एक और फलालैन का शुष्क टुकड़ा रख कर २–३ घंटा तक बांधते हैं इस प्रकार आंतों को बल मिलता है, १–२ दिन में यह अपना काम आरंभ कर देता है। हम पुस्तक के अन्त में प्राकृतिक चिकित्सा वालों का इलाज अंकित करेंगे।

नोट नं० ५—जिन को कोष्ठबद्धता का भय है, या कभी हो जाता है, उन को यदि हो सके तो समय पर शौच जाना चाहिए, कोई समय नियत कर लो, उस को पालन करने का पूरा ध्यान रक्खो, ठीक उसी समय पर शौच जाओ, जब एक बार अभ्यास पड़ गया, तो फिर शौच की इच्छा समय बताया करेगी, न कि समय शौच की इच्छा उत्पन्न किया करेगा। यदि बिना औषधियों के किसी समय का अभ्यास पड़ सके तो उत्तम है। आवश्यकता हो तो औषधियों से भी काम लिया जा सकता है। यथा आध घंटा प्रथम बस्ती, या वस्ती के द्वारा गिलसिरीन प्रविष्ट करना, इत्यादि विधि कर सकते हैं, उस समय अवश्य लाभ दायक है, परन्तु इस का दैनिक सेवन न चाहिए, कि व्यसन पड़ जावे।

आहार।

सादा कोष्ठबद्धता को दूर करने के वास्ते यदि उचित

आहार खाया जावे तो भी कई समय बिना औषधि के कोष्ठबद्धता खुल जाती है। या कम से कम औषधि की सहायता अवश्य मिलती है।

जैसा कि एक श्लोक में इस प्रकार लिखा है:—

विनापि भेषजैर्व्याधिः पथ्यादेव निवर्तते।
न तु पथ्यविहीनस्य भेषजानां शतैरपि॥

"औषधि देने के पश्चात् केवल पूरा बचाव और पथ्य रखने से रोग दूर हो सकता है, परन्तु जो मनुष्य यथार्थ पथ्य की परवाह नहीं करते, उन को सैकड़ों औषधियों से भी क्या होगा"!

बाज़ों का खयाल है, कि कोष्ठबद्धता को दूर करने के वास्ते शीघ्र पाचक बहुत लघु आहार की आवश्यकता है। जब कि आमाशय व अन्त्रियां निर्बल हों, तब ऐसा किया जा सकता है, हल्के शीघ्र पचन वाले आहार का मलांश पीछे नहीं बचता है, जो आप भी बाहर आवे और अन्य मल भी साथ लावे, मात्रा पर्याप्त होना चाहिए, ताकि आंतों की सिकुड़ने की शक्ति पूरी रहे आहार लेखनक और तीक्ष्ण नहीं होना चाहिए। और आहार भी सदैव एक प्रकार का ही न होना चाहिए, प्रत्येक आहार सादा होना चाहिए।

डाक्टर विलियमविटला एम. डी. साहिब लिखते हैं:—

"बहुधा बहुत स्वल्पाहारी कोष्ठबद्धता का शिकार होते हैं, और प्रायः ऐसा होता है, यदि कोई ऐसा मनुष्य जिस को थोड़ा खाने से कोष्ठबद्धता है इस से अधिक खाना आरम्भ कर दे, जितना स्वास्थ्य के वास्ते आवश्यक है, तो कोष्ठबद्धता जाती रहेगी। कोष्ठबद्धता रोगों के वास्ते जब आहार नियत करो तो ऐसा आहार नियत करो, जिस के पचने के पीछे बहुत सा मलान्श बाकी रहे।

प्राकृतिक चिकित्सा के पक्षपातियों ने आहार पर बहुत

कुछ लिखा है, हम इस लेख के अन्त में प्राकृतिक चिकित्सा का सब इलाज अंकित करेंगे, यहां संक्षिप्त सूचनाएं दी जाती हैं।

रोटी

गेहूं की रोटी उत्तम है, परन्तु वह सब से उत्तम है, जिस से गेहूं का चोकर पृथक न किया जाए, मैदा की रोटी या मैदा की कोई भी वस्तु अच्छी नहीं होती है, ग्राही होती है। विलायत में एक रोटी पकती है; जिसका नाम श्वेत रोटी (White Bread) होता है, यह मैदा से थोड़ी फिटकरी मिलाने से बनती है। सब डाक्टर इसके विरुद्ध हैं, चोकर युक्त रोटी (Brown Bread) की आज्ञा देते हैं।

गेहूं का छिलका मनुष्य के शरीर के भीतर फ़ास्फ़ार्स उत्पन्न करता है, शरीर को तृप्त करता है, और सच पूछो तो यही गेहूं का जोहर है, बहुत से लोग छिलका फैंकते और मैदा खाते हैं, यह छिलका जो घोड़े खाते हैं, तो खूब मोटे ताजे होते हैं। मैदा आंतों में बैठ जाता है, इस को यदि घृत में तला जावे तो अधिक निकृष्ट होता है, और यह बासी हो जावे तो और भी बुरा हो जाता है। अब मिठाइयों के विषय में स्वयं सोच लो, कि कैसी उत्तम है। अतः जहां तक सम्भव हो आटे को बारीक पीसो, किंतु चोकर दूर न करो, मोटी छलनी से बहुत स्थूल भाग अधिक सुकुमार स्वभाव वाले दूर कर सकते हैं। मशीन का आटा जिस से चोकर सर्वथा दूर हो जाता है अत्यंत बुरा है।

यव (जौ) के आटे की रोटी भी बुरी नहीं है, पित्त प्रकृति वालों को अनुकूल आती है, और शीतल प्रकृति वालों को बहुधा अनुकूल नहीं आती।

कोष्ठबद्धता रोगी को फुलका नहीं वरन् मोटी रोटी अच्छी तरह से पकवा कर खानी चाहिए, फुलका इतना पुष्टिकर नहीं होता है, वह निर्बल रोगियों का आहार है।

चने की रोटी ग्राही होती है।

दाल और भाजियां।

सादा कोष्ठबद्धता को दूर करने के वास्ते ग्राही दाल

भाजियों से बचना उचित है, तरकारियां लगभग सभी कोष्ठबद्धता दूर करने का गुण रखती हैं। सम्पूर्ण ताजी हरी भाजियां बहुत उत्तम हैं, और प्रत्येक मनुष्य को सदैव अपने आहार में कोई न कोई भाजी रखनी चाहिए। दालों में आहार और पुष्टि अधिक होती है। आलू ग्राही भी हैं, परन्तु उन को खूब चबा कर खाया जावे, यहां तक कि मुख में मिठास उत्पन्न हो जावे, तो यह कोष्ठबद्धता नहीं करते हैं। पियाज भी कोष्ठबद्धता को दूर कर देती है।

अरवी, कचालू, गुरुपाक व ग्राही हैं। बाकला ग्राही है। बान्स आमाशय को बलदायक और गुणकारी है। बाथूशाक पाचक और सारक है। बैंगन भी बुरा नहीं, यदि कम खाया जावे। भिंडीतोरी अतिसार व आमातिसार निवारक हैं तथापि कोष्ठबद्धता में भी विरुद्ध नहीं पड़ती है। पालक मआतदिल है, प्रत्येक प्रकृति वाले को अनुकूल आता है।

परवल—आमाशय को पुष्टि देता है, क्षुधा वर्धक है। पोदीना, उष्ण, रुक्ष, पाचक उदर क्रमि नाशक और बात निवारक है।

तोरी—शीघ्र पाचक है, वर्ती जा सकती है। तिपत्ती—बहुत गुण करती है, चुकन्दर—कोष्ठबद्धता नाशक है। मल सञ्चय को दूर करता है।

चौलाई—शीतल, रुक्ष, पाचक, कोष्ठबद्धता नाशक चूका—ग्राही है। टिण्डा—यद्यपि वर्त्ता जाता है, किन्तु वातज होने के कारण कोष्ठबद्धता में अच्छा नहीं है। ज़िमीकन्द—उष्ण रुक्ष, पाचक वात नाशक, और गरमी अधिक करने वाला है।

सहंजना—उष्ण, रुक्ष क्षुधावर्धक, परन्तु ग्राही है। सेम—शीतल, रुक्ष, क्लेद्य और ग्राही है. अफारा करती है। शलगम—वातज, गुरुपाक, परन्तु कोष्ठबद्धता नाशक है। वर्ती जा सकती है।

कासीफल, या हलवा कद्दू—आमाशय को हानि कारक है।

कचनार—गुरुपाक, ग्राही आमाशय को बलदायक है।

करेला—आमाशय को बल देता है, सारक है, अतः कोष्ठ-बद्धता में वर्ता जा सकता है।

कुलफा—ग्राही है। पेठा, क्षुधा वर्द्धक आमाशय को बल दायक है, सेवन किया जा सकता है।

गोभी—ग्राही है, कोष्ठबद्धता रोगी को अनुचित है।

मूलीपत्र—का पानी सुद्दे खोलता है, भोजन पीछे खाने से जठराग्नि को सहायता मिलती है।

उड़द—भारी, गुरुपाक, वातकारक है।

चना—उष्ण रुक्ष है, तथापि इसकी भाजी ग्राही नहीं है। इस की दाल खाई जा सकती है।

उड़द की दाल में मिलावें तो उसका शोधन होता है। मसूर, ग्राही है, और छिलका उतारा जावे तो कम ग्राही है।

मूंग—तो बीमारों की दाल प्रसिद्ध ही है। मोठ मटर दोनों ग्राही हैं, कोष्ठबद्धता रोगी को नहीं देना चाहिए। डा० शरमैन साहिब का कथन है, कि सर्व पदार्थ जिन में स्निग्धता अधिक हो कोष्ठबद्धता के लिए गुणकारी है।

दूधआदि।

दूध बाज़ों को कोष्ठबद्धता करता है, और बाज़ों पर सारक प्रभाव होता है। रात को गरम २ पेट भर कर पीकर सो रहा, प्रातः खुल कर शौच होता है। दही ग्राही है, और छाछ भी ग्राही है, यह दोनों वस्तुएँ अतिसार में सेवन की जाती हैं। मलाई में स्निग्धता होने के कारण आंतों को कोमल करती है, और कोष्ठबद्धता रोगी के वास्ते गुणकारी है। मक्खन तो बहुतही उत्तम है, बालकों के लिए विशेष रूप से हितकर है। मक्खन लेकर मुख में डाल लें जब घुल जावे तो निगल लें, इससे सब नसों को तैल मिल जाता है, और चिकनई

कोष्ठबद्धता को दूर करती है, घी भी हितकर है। और बहुतों को घी दही मिलाकर खाना गुणकारी बैठता है।

फल।

फल कोष्ठबद्धता को दूर के लिए बहुत गुणकारी लिखे गए हैं। स्वाभाविक कोष्ठबद्धता में तो इनके सेवन के वास्ते इतनी आज्ञा है, कि जितनी इच्छा हो खावें इस विचार के विना कि वह ग्राही हैं या नहीं; क्योंकि कोई फल चाहे प्रथम कोष्ठबद्धता करे, परन्तु अन्तिम प्रभाव कोष्ठबद्धता नाशक है। सदैव कोष्ठबद्धता का इलाज डाक्टर लोग फलाहार, पेट की मालिश, और व्यायाम के अतिरिक्त और कुछ नहीं बतलाते।

डा० शरमैन विग साहिब लिखते हैं:—

"एक सेव, एक नारङ्गी, एक नासपाती यदि प्रातः उठते ही खाई जावे, तो कोष्ठबद्धता खुल जाती है। लैमू का रस थोड़े पानी में पीना हितकर है, और स्थूलता को भी रोकता है। फ्रांस में (Plums or Prunes) एक प्रकार के बेर होते हैं, पानी में इतने उबाले जावें, कि खूब नरम हो जायं, यह बहुत ही कोष्ठबद्धता नाशक है। खजूरों को इसी प्रकार तय्यार किया जावे, तो उत्तम है। कराबरी कोष्ठबद्धता नाशक है, स्टाबरी किसी को कोष्ठबद्धता करता है और किसी को सारक प्रमाणित होता है, शोक है कि लोग फलाहारी नहीं बनते।

आड़ू–शीतल, गुरुपाक, और उदर कृमि को गुणकारी है।

आमला–शीतल रूक्ष ग्राही है।

आम–अपने ऋतु का अच्छा पदार्थ है सारक होने के अतिरिक्त असङ्ख्य गुण रखता है।

अखरोट—उष्ण, स्निग्ध, सारक, और उदर कृमि निवारक है।

अमरूद–वैसे तो ग्राही है, परन्तु कोष्ठबद्धता हो तो उसे दूर करता है।

बिल्वफल–स्वयं ग्राही, परन्तु कोष्ठबद्धता हो तो उसे दूर करता है।

इम्बली–सारक और क्षुधावर्धक है।

अनार—मीठा ग्राही है, और अम्ल उस से भी बढ़ कर ग्राही है।

अंगूर—एक उत्तम फल है।

अनन्नास—शीघ्र पाचक, आमाशय को बलदायक, परन्तु अन्त्रियों को हानिकारक है, वातज है, इस लिए कोष्ठबद्धता में न खावें।

बादाम–केवल थोड़े मनुष्यों को कोष्ठबद्धता कर सकता है। वास्तव में कोष्ठबद्धता नाशक, बहुत उत्तम पदार्थ है, और इसका तैल विचित्र वस्तु है।

बिही–ग्राही है, परन्तु मुरब्बा सेवन हो सकता है।

पान–सारक है, आमाशय को बल प्रदायक है।

बेर–ग्राही है।

गन्ना, पौंडा, रस–सब कोष्ठबद्धता नाशक हैं।

फालसा–ग्राही है।

तरबूज–सेवन किया जा सकता है।

जामुन–ग्राही है, इसकी मींगी अतिसार में गुणकारी है।

बन बेर–ग्राही है।

चिरौंजी व सन्तरा–कोष्ठबद्धता नाशक है।

सिंघाड़ा–ग्राही व क्लेद्य है।

सेब–ग्राही है, तथापि सेवन किया जा सकता है, हानिकारक नहीं है।

शकरक़न्द, कसेरू–ग्राही और क्लेद्य है।

ककड़ी–वातकारी है।

कमरख, कमलगट्टा, खिरनी—यह सब ग्राही हैं।

खीरा—पित्त प्रकृति वालों को विशेष रूप से गुणकारी है।

केला—सादी कोष्ठबद्धता में अच्छा नहीं, नित्य कोष्ठबद्धता में वर्त्ता जा सकता है।

गाजर—पाचक है, परन्तु ग्राही है, भून कर खाने से गुणकारी है

लैमूरस—कोष्ठबद्धता नाशक है तृषा दूर करता है। कच्चा नारियल भी शीतल व गुणकारी है।

मुरब्बा व अचार—मुरब्बा प्रायः गुणकारी होता है, और शाक के अचार जिन में पर्य्याप्त तैल हो गुणकारी होते हैं।

मांस—अधिक मांस भक्षी प्रायः कोष्ठबद्धता में ग्रस्त होते हैं।

अण्डे—प्रथम तो कोष्ठबद्धता करते हैं, अन्यथा अफारा तो अवश्य करते हैं। मछली को बाजे डाक्टर गुणकारी लिखते हैं, और जंगली पशुओं का मांस उन लोगों के लिये कहा गया है, जो बिना मांस के रह ही नहीं सकते।

बालकों को मांस से हटा कर तरकारियों की ओर लगाना चाहिये।

पेय।

सर्व पेय वस्तुओं में साफ़ पानी उत्तम है, यह मारक औषधि की तरह गुण करता है। और बालक को जो अभी माता का दूध पीता है, उसकी कोष्ठबद्धता दूर करने को इस से उत्तम कोई औषधि नहीं दी जा सकती। पानी की कम से कम मात्रा जो युवा मनुष्य को दिन भर में देना चाहिए, १½ सेर है, परन्तु कोष्ठबद्धता के इलाज के वास्ते पानी आहार से पृथक् पीना चाहिये, यथा एक गिलास प्रातः समय, एक ११ बजे, तीसरा ३ बजे, और चौथा सोते समय। पानी ताजा व साफ़ हो, चाय आदि न मिला हो, और एक बून्द चाय विस्की भी न मिला हो।

कहवा या चाय का प्रातः समय एक पियाला किसी २ समय कोष्टबद्धता को आराम देता है, परन्तु यह प्रातः के गिलास पानी

के बदले नहीं देना चाहिए। पानी फिर भी सेवन हो सकता है, यदि चाय न हानि करती है, और न लाभ, तो रोगी की इच्छा पर निर्भर है, चाहे सेवन करे, या न करे। इतना स्मरण रक्खो कि लाल मदिरा की अपेक्षा श्वेत मदिरा अच्छी है।

सोडावाटर, लैमूनेड, रोजवाटर, सेडलेड, शामपीन, जम २ आदि सब प्रकार के पानियों के भीतर गैस पड़ी होती है, इस लिए इनसे अफारा बढ़ता है, जो कोष्ठबद्धता को बढ़ाता है, अतः इनको न पीना चाहिए।

मदिराओं के विषय में हमारा विचार यह है, कि जठराग्नि को पहिले २ बढ़ाती, फिर कम करती है, अपनी उष्णता व रुक्षता से कोष्ठबद्धता को अधिक करती है। इनसे आमाशय, यकृत् अन्त्रियां, प्लीहा, फुप्फुस, हृदय, मस्तिष्क सब निर्बल होते हैं, अतः रोगी को इनके वर्तने की आज्ञा नहीं, हम यहां इनके हानि लाभ का सविस्तर वर्णन नहीं कर सकते। जिनको सविस्तर देखना हो, हमारी पुस्तक 'ज़हरों का इलाज' नं० २ मूल्य १) मंगाकर देखें।

पानी के विषय में अन्य आवश्यक बातें।

मानुषी शरीर में ⅔ पानी है, और ⅓ ठोस माद्दा है। यद्यपि पानी शारीरिक अंश नहीं, परन्तु लचक आदि के लिये आहार के साथ पानी की भी आवश्यकता है। पानी आहार से प्रथम बहुत अधिक न पीना चाहिए, न अन्त में पीना चाहिए, आगे या पीछे २ घन्टे का अन्तर देकर जितना चाहो पिओ। यदि आहार से १०–५ मिनट प्रथम दो चार घूंट उष्ण जल पिया जावे, तो आमाशय साफ हो जाता है, क्षुधा लगती है, कोष्ठबद्धता दूर होती है।

अधिक पानी आहार को इतना नरम कर देता है, कि पाक ठीक नहीं होता और सर्वथा पानी न पीने से रस ठीक तरह से नहीं बनता।

पानी को एक दम पीने के बदले घूंट २ या ठहर कर २–३ बार में पीना चाहिए।

बरफ़ से बहुत शीतल किया पानी भी अच्छा नहीं है। गरमियों में थोड़ीसी बरफ़ डाल कर इतना कर लो कि दांतों को न लगे, बुरा नहीं है। गरम करके घूंट २ पानी कोष्ठबद्धता दूर करता है, विविध पानी संग्रह नहीं होने चाहिए। यथा चाय पीकर तुरन्त नहर का या अन्य पानी हानिकारक है, इससे अफारा, गुड़गुड़ाहट होती है। यह नहर का पानी चाय के साथ संग्रह न करें, हां जब एक आमाशय से निकल जावे, तो दूसरा पानी बुरा नहीं है।

बासी पानी जो ढांप कर रक्खा हो ७ घूंट प्रातः उठते ही पीने से कोष्ठबद्धता दूर होती है, इसको पौष्टिक भी लिखा है, जो स्वस्थ पीवे तो अर्शादि रोगों से बचा रहे। नाक के द्वारा यदि पिया जावे तो प्रतिश्याय, दृष्टिमान्द्य आदि नहीं होने देता है।

हरड़ छाल का चूर्ण २ माशा पानी के साथ खावे तो कोष्ठबद्धता को बहुत ही गुणकारी है।

२—सतत कोष्ठबद्धता।

सादा कोष्ठबद्धता का इलाज वर्णन कर चुके, अब सतत कोष्ठबद्धता का लिखा जाता है। जब सादा कोष्ठबद्धता का उचित इलाज नहीं किया जाता, तो सतत कोष्ठबद्धता रहने लगती है। इस में अन्त्रियों की शक्ति बहुत घट जाती है। जैसे यह रोग धीरे २ होता है वैसे ही इसके इलाज में धैर्य्य की आवश्यकता है। यदि इस में विरेचन औषधियां दी जाया करें, तो और भी शक्ति घट जाती है। अतएव जब कभी बहुत ही बद्धता हो, तब ही विरेचन औषधि देनी चाहिए। बाज समय इलाज आरम्भ करने से प्रथम एक उत्तम विरेचन दे दिया जाता है, पश्चात् इलाज आरम्भ होता है।

सतत कोष्ठबद्धता का इलाज मालिश, व्यायाम और फलों आदि का सेवन है। इनका सविस्तर वर्णन पीछे कर चुके हैं। इसका मवाद निकालने के वास्ते वस्ती भी की जाती है, जिसके गुण दोष पीछे वर्णन कर चुके हैं।

सतत कोष्ठबद्धता दूर करने के वास्ते हमारा नियम यह है,

कि प्रथम वस्ती की प्रेरणा की जाती है, परन्तु इससे बाज समय पूरी सफाई नहीं होती, तब देशी औषधियों, यथा विरेचनादि द्वारा इलाज किया जाता है; जब मवाद न निकले तो औषधि कम लाभ देती है। हमने बहुधा मनुष्यों को देखा है, जिनको डेढ़ २ साल से दस्त आते थे, अर्थात् कई बार दिन में शौच जाते थे, कभी रक्त भी वेग के कारण आ जाता है। और थोड़ा २ मल हर बार निकलता है, पेट देखने और अन्य लक्षणों से उनके भीतर मल की तह की तहें जमी हुई पाईं। यदि विरेचन वटिकाएं देकर ८–१० दस्त करा दिये, और फिर आवश्यक सूचनाएं दे दीं, तो वह स्वस्थ हो गए। शुद्धि हो जाने के पीछे यह ध्यान रखना चाहिए, कि एक तो ग्राही, क्लेद्य वस्तुएं न खाई जावें। आहार लघु देना चाहिये। और दीपन पाचन औषधियों से अग्नि को बढ़ाना चाहिए। साथ ही व्यायाम व मालिश को आरम्भ कर देना चाहिए। निःसन्देह सतत कोष्ठबद्धता इस से दूर हो जाती है।

वस्ती (या हुकना)

वस्ती का सविस्तर वर्णन हो चुका, यहां सतत कोष्ठबद्धता विषयक आवश्यक बातों का वर्णन किया जाता है।

कोष्ठबद्धता रोगी की चिकित्सा वस्ती से आरम्भ की जावे तो बहुत उत्तम होता है। जैसा कि पीछे वर्णन हो चुका है, यंत्र द्वारा पर्याप्त पानी भीतर जाना चाहिए, साधारण वस्ती यन्त्रों में १॥ सेर के लगभग पानी आता है, तीसरे भाग से आरम्भ करके क्रमशः बढ़ा कर १॥ सेर तक आना चाहिए, और २॥ सेर तक पहुंचा दिया जाता है। इस से न केवल प्रधान अन्त्री साफ होती है, वरन् लघु अन्त्रियां भी साफ होती हैं। और उनका कार्य भी भली भांति होने लगता है। इस प्रकार मवाद खूब निकलता है। एक बार की वस्ती पर्याप्त नहीं, वरन् देखा गया है, कि कोष्ठबद्धता रोग में एक वस्ती कुछ प्रभाव नहीं करती।

पहिले सायं प्रातः दो बार करनी चाहिए। फिर २–३ दिन के पीछे एक वार दिनमें, और उस समय तक करते रहना चाहिए, कि दूषित मवाद सब निकल जावे, वस्ती में एक उत्तमता यह भी

है, कि जमा हुए मवाद को निकालती है, और नए की तहें जमने नहीं देती ।

बाजे लोगों को पहिले पहिल वस्ती विरुद्ध बैठती है, अस्तु एक स्त्री को जब मैंने वस्ती की प्रेरणा की तो मैं हैरान हुआ कि उसे पेचिस आरम्भ हो गई । कदाचित् ही किसी के प्रतिकूल बैठती है, अन्यथा ऐसा होता है, कि थोड़े दिनों के पीछे वह कष्ट जो वस्ती के कारण उत्पन्न हो, मिट जाता है, और स्वास्थ्य ठीक होने लगता है ।

सतत कोष्टबद्धता रोगियों के भीतर वस्तीमुख कठिनता से जाता है । कोई तेल या गिलीसिरीन आदि लगा लेनी चाहिए । बाज समय ऐसा होता है, कि थोड़ा पानी भीतर जाते ही बाहर निकालने की इच्छा प्रबल होती है, और उदर शूल मालूम होने लगता है, टूटी को बन्द करना चाहिए कि और पानी भीतर न जावे, उस समय गुदा को हथेली द्वारा या नितम्बों द्वारा बन्द करना चाहिए, जब पीड़ा मिटकर पानी ठहर जावे, तो शेष पानी प्रविष्ट करना चाहिए ।

लिखा है

कि बाज समय मल इतना कोमल और चिकना होता है, कि पानी उस के ऊपर से बह आता है, और सफाई नहीं होती है, इस दशा में रबड़ की नाली भीतर प्रविष्ट करके प्रधान अन्त्री में जमा हुए मल को हिलाना चाहिए, फिर वस्ती करना चाहिए ।

बाज समय रोगी के भीतर सुद्दे होतें हैं, जो बकरी की मेंगनी से लेकर आड़ू की गुठली की तरह होते हैं, इस समय कैस्टरायल भी प्रविष्ट करना चाहिए । तेल स्निग्ध होता है, वस्ती करते समय वह यन्त्र में लगा रहता है और पानी चला जाता है । कहते हैं, कि यदि तेल को पानी में डालने से प्रथम थोड़ी सी यवागया जोआश में मिलाया जाय तो पानी में मिल जाता है ।

डाक्टर वेण्डरविच—का कथन है, कि प्रथम आधा पानी प्रविष्ट करें, फिर १ छटांक तेल प्रविष्ट करें, फिर शेष पानी प्रविष्ट करें, तो सब तेल पानी में मिल जाता है ।

हमारी सम्मति में १ मनुष्य डूश के भीतर पानी को किसी वस्तु से हिलाता रहे तो उत्तम होगा ।

हमारा अनुभव तो नहीं, किन्तु एक डाक्टर ने वर्णन किया है कि बाज समय यह सुद्दे गेंद के बराबर मोटे हो जाते हैं, और उनका निकास वस्ती से असम्भव हो जाता है । तब आवश्यकता होती है, कि किसी चमचे के सिरे से या उंगली से तोड़ कर निकाला जावे, यद्यपि यह बात रोगी व वैद्य दोनों को बुरी मालूम होती है, परन्तु और उपाय भी क्या है ? वाम हाथ से पेट पर नलों के पास से नीचे को दबाओ, अन्यथा तोड़ते समय सुद्दे ऊपर को उठ आवेंगे । दहिने हाथ की उंगली को स्निग्ध करके प्रविष्ट करें, और सुद्दे को तोड़ कर हाथ हटा लें, ताकि रोगी सुद्दा निकाल सके । बालकों की दशा में मादक द्रव्य इस लिए दे देते हैं, कि कम रोवे, और व्याकुल न हो, परन्तु युवा मनुष्य को जो आज्ञा मान सकते हैं नशा देना बुरा है । जो सुद्दा तोड़ा गया है उस के निकालने की भी शक्ति उस में नहीं रहती । इस के पश्चात पुनः उसी प्रकार तोड़ना चाहिए । यदि सुद्दे अधिक हों तो एक ही बार सब को तोड़ना आवश्यक नहीं । ५-६ घंटा आराम के पीछे, या अगले दिन शेष निकाले ।

जब वस्ती पूरा काम देती मालूम न हो, तो पानी के स्थान में जो वैद्यक के क्वाथ वर्णन किये थे, उन्हें वर्तें, या गरम पानी में २ तोला साबन कूट कर मिलावें ।

यदि इस से भी तेज करना हो, तो ५ तोला एरण्ड तेल थोड़े यवाश में मिश्रित कर पानी में डाल दें । बाजे कैस्टरायल की जगह एक तोला तारपीन तेल मिलाते हैं, इस प्रकार मवाद यथेच्छ निकलना आरम्भ हो जाता है ।

जब ५ दिन में मवाद निकल जावे, तो उस के पीछे विरेचन देना चाहिए, ताकि शेष मवाद निकल जावे, नव विरेचन की या वस्ती की दैनिक आदत न डालनी चाहिए, यह प्रयत्न करना चाहिए, कि पाचन शक्ति बनी रहे और व्यायाम व फलाहार

स्वास्थ्य को बढ़ाता जावे, और अधिक विरेचन से स्वास्थ्य खराब हो जाता है, अन्त्रियों में खराश हो कर पेचिश आदि आरंभ हो जाता है।

विरेचन की बहुत सी औषधियां पीछे दी जा चुकी हैं, उन में से कोई सेवन करें, इस प्रकार वस्ती और विरेचन लेने के स्थान में केवल विरेचन ही २-३ वार लिया जावे, तो भी मतलब पूरा हो जाती है।

यह तो हुई साधारण विधि, जो प्रत्येक कर सकता है।

यदि कोई दोषों का भी ध्यान रख लेवें तो उत्तम है, युनानी चिकित्सा विद्या में प्रकुपित दोष को निकालने के वास्ते मुनज़िज (पकाने वाले काथ) व मुसहिल (विरेचन) नियत किये गये हैं, यथा मुनजिज सफरा से अभिप्राय यह है, कि वह औषधियां जो पित्त को पकाती हैं।

जब तक कोई खिलत (दोष) पकाया न जावे, वह भली भांति नहीं निकलता है, और किसी दोष के पक जाने का लक्षण यह है, कि उस की रंगत मल में दिखाई देती है, जो औषधियां दोष पकाने के लिए दी जाती हैं, उस से दैनिक एक आध दस्त होता रहता है, ५-६ दिन पीछे फिर विरेचन दिया जाता है, इस प्रकार विरेचन मवाद को तो निकालता है, परन्तु साथ ही वह दोष भी निकल जाता है, जो शरीर में बढ़ रहा हो और यह स्पष्ट है, कि प्रकुपित दोष भी तो हानिकारक होगा।

समझौती के लिए यह भी कह सकते हैं, कि संग्रहीत मवाद दूर होने के अतिरिक्त प्रकुपित दोष भी कम होता है। यथा दूषित मवाद के साथ २ पित्त भी है, तो विरेचन औषधियां शीतल प्रभाव रखने के कारण मवाद के अतिरिक्त पित्त को भी दूर करेंगी।

युनानी चिकित्सा लगभग सर्व रोगों में जिनका संबन्ध दोषों से है, उस दोष के पकाने व विरेचन की प्रथम प्रेरणा करती है, जब तक मवाद न निकले आराम कैसे आसकता है?

इस पुस्तक का यह काम नहीं है, कि प्रकुपित वात, पित्त, कफ के लक्षणों का वर्णन करे, इस वास्ते हम नीचे केवल प्रत्येक दोष के मुनजिज (पाचन) व विरेचन योग लिखने पर ही बस करेंगे।

सारांश यह है कि कफ का रंग श्वेत या किञ्चित पीत है, और शीतल स्निग्ध है। शरीर इस से सुस्त रहता है, निद्रा अधिक आती है, कफ़ भी किसी जगह जान पड़ता है। पित्त उष्ण रुक्ष है। रङ्ग पीत है। दाह, ऊष्मा, मुख कड़वा आदि इस के लक्षण हैं। सौदा दोषों के सड़ने से उत्पन्न होता है, रुक्षता बहुत होती है, रङ्ग किंचित स्याही पर होता है।

(अधिक देखना हो तो हमारे बनाए दोषज्ञान को पढ़ो)

कफ़ पाचक द्रव्य यह हैं।

मुनक्का, खतमीबीज, सौंफ, मुलेठी, अञ्जीर, हंसराज, गुलाब पुष्प, गुलकन्द, हल्दी, चुलाई, सिकञ्जबीन, चिरायता।

कफ़ विरेचन द्रव्य यह हैं।

इन्द्रायण का गूदा, गारीकून, निशोथ, सोंठ, विसफाइज, (खंकाली), नीलबीज, सोरन्जानमिष्ट, रेवन्दचीनी, गुग्गुल, एरण्ड बीज की मींगी, हब्बअयारज।

पित्त पाचक द्रव्य यह हैं।

पित्त पापड़ा, कासनी, कासनी की जड़, उन्नाब, गुलाबपुष्प, गुलनीलोफर, गुलबनफशा आदि।

पित्त विरेचन यह हैं।

इमली, आलूबुखारा, कसूस बीज, अमलतास, बिजौरा, शीरखिश्त, सनायमकी, पीतहरड़, गुल बनफशा, गुलाब पुष्प।

सौदा पाचक यह हैं।

हन्सराज, उस्तुखदूस, पित्तपापड़ा, चुलाई, उन्नाव, लहसूड़िया, गावज़बान, बालछड़, मुलैठी, सौंफ, बिजौरा, गुलकंद, अजवायन, पाषाणभेद, तज, हल्दी, कस्तूरी।

सौदा विरेचन यह है ।

काबुली हड़, पीत हड़, यवक्षार, काला दाना, सनायमकी, आकाशबेल, रेवन्दखताई, लाजवर्द, गुग्गुल, उस्तुखदूस, अयारजफेकरा, खंकाली ।

नोट ।

पित्त ३ से ५ दिन तक पकता है पक होने के लक्षण यह हैं, कि मूत्र पीत रङ्ग का होता है । कफ ५ से ९ दिन में पकता है । लक्षण यह हैं, कि रंगत लाल किंचित पीतता लिए हो । वात १० से १५ दिन में पकता है, लक्षण मूत्र का रङ्ग श्यामल होता है ।

उपर्युक्त औषधियों के ही उलट फेर से योग्य चिकित्सक प्रत्येक के वास्ते मुनज़िज व विरेचन नियत कर सकता है । तथापि नीचे थोड़े योग भी लिखे जाते हैं ।

मुंज़िज बलग़म ।

सौंफ, रूमीसौंफ, हंसराज, बादरंजबोया, प्रत्येक ९-९ माशा अञ्जीर विलायती ५ दाना एक पाव पानी में औटावें, आधा रहे तो उतार मल छान कर गुलकन्द १॥ तोला मिलाकर पीवें, और रोटी चने के रसे के साथ खावें ।

तथाच ।

पीत अञ्जीर ५ नग, उन्नाव विलायती ७ नग, श्वेत निशोथ, रेशाखतमी, उस्तुखदूस, बिस्फायज, रूमी सौंफ, देशी सौंफ, अजमोद, किबर की जड़, जड़ अजमोद, मुनक्का निर्बीज, तुख्म कसूस, प्रत्येक ४॥ माशा, गुलकन्द २ तोला, उपर्युक्त योग की भांति औटा कर पीवें ।

कफ पाचन व विरेचन योग ।

उस्तुखदूस, सौंफ की जड़, कासनी, मिरचिया कन्द, ७-७ माशा, सौंफ जव कूट करके, मुलेठी छिली हुई, हंसराज, खतमी बीज, ६-६ माशा, मुनक्का निर्बीज १ तोला, पीत अञ्जीर ४ नग, रूमी सौंफ, कसूस बीज, प्रत्येक २ माशा, रात्रि भर पानी में रखें,

और प्रातः समय औटा कर मल छान कर गुलकन्द ३ तोला, डाल कर एक सप्ताह पीवें, यदि उचित समझें तो अजमोद बीज, लहसूड़िया, कुसुम की मींगी, बिल्लीलोटन, जूफा, किबर की जड़, इन में से कोई एक यथावश्यक और सम्मिलित कर लें। और आठवें दिन अर्थात् विरेचन के दिन सनाय एक तोला, गुलकन्द ४ तोला, पानी में औटा छान कर गरम २ देवें, अमलतास २॥ तोला शक्कर लाल ४ तोला, घोल छान कर श्वेत निशोथ छिली हुई ५॥ माशा, महीन कर के बादाम रोगन ५ माशा मिलाकर शीतोष्ण पी लेवें। और यदि गारीकून २ माशा इस में बढ़ावें, तो विरेचन शक्ति बढ़ जाती है। यह औषधियां उष्ण हैं, इसलिए विरेचन के पीछे सरदाई की आवश्यकता होती है, अतः विरेचन के पीछे तुख्मरेहां, ४ माशा गुलकंद २ तोला सौंफार्क में मिलाकर पीवें।

या इस के प्रथम मुरब्बे की हड़ २ नग, रौप्य वर्क २ नग मिलाकर खावें। और उसी दिन दोपहर के पीछे चने का रसा यथावश्यक पीवें। और तृषा के समय सौंफ अर्क पीवें और सायं समय चनों की दाल की खिचड़ी खानी चाहिए।

तथाच।

अञ्जीर विलायती ५ नग, लहसूड़ियां २० नग, उन्नाव ७ नग, अजमोद ३॥ माशा, सौंफ, रूमी सौंफ, सौंफ की जड़, किबर की जड़ की छाल, बिस्फायज (खंकाली) मुलेठी, प्रत्येक ४ माशा, मुनक्का निर्बीज २ तोला, पानी में औटावें और मल छान कर पीवें, यदि तीसरे चौथे दिन कोठे को नरम करना हो, तो निशोथ १ तोला, सनाय १ तोला १० माशा, इसी में अधिक कर दें तो २-३ दस्त हो कर कोठा नरम और विरेचन अच्छा हो जाता है। फिर सप्ताह के पीछे अर्थात् विरेचन के दिन गारीकून २ माशा, आकाशबेल ९ माशा, सनाय १॥ तोला, निशोथ १ तोला, अमलतास ५ तोला, आकाशबेल और सनाय को पानी में औटा कर मल छान कर शीतोष्ण क्वाथ में अमलतास खरल कर के छाननी से छान लेवें, और शेष महीन पीस कर मिलाकर पीवें।

पित्त पाचक ।

बनफशा, गुलाब पुष्प, कासनी, खूब कूट कर प्रत्येक ९ माशा, आलू बुखारा ५ नग, लहसूड़ियां १० नग, अधकुटी कर के १ पाव पानी में औटावें, जब आधा रहे मल छान कर मिश्री मिला कर पीवें ।

पित्त विरेचन ।

गुल नीलोफर ५ माशा, गुलबनफशा, खतमी बीज, खीरा बीज, खवाज़ी बीज, (तीनों दरडा कर के) गुलाब पुष्प, काकमाची शुष्क, पित्त पापड़ा, प्रत्येक ७ माशा, लहसूड़िया १५ नग, आलू बुखारा ७ नग, उन्नाव ५ नग, सब औषधियों को रात को पानी में भिगो कर रक्खें, प्रातः मल छान कर गुलकन्द, २ तोला घोल कर ३ दिन तक पीवें, यदि आवश्यक समझें, तो इमली गावज़बान, खतमी बीज, कासनी बीहदाना और मिलावें । विरेचन के दिन अमलतास ५ से ७ तोला तक तुरंजबीन इम्बली, गुलकंद प्रत्येक ३ तोला, शीरखिस्त २ तोला, नियमानुसार तैयार कर के बादाम रोगन ६ माशा डाल कर पी लेवे, और पीत हरड़, सनाय, गुलाब पुष्प में से यदि कोई सम्मिलित करना चाहें तो कर लेवें, विरेचन के दूसरे दिन पीछे सरदाई के लिए लुआब बीहदाना ३ माशा, शर्बत बनफशा या नीलोफर, या मिश्री डाल कर पीवें । अथवा हरड़ या आमला का मुरब्बा रौप्य वर्क के साथ खावें, ऊपर से लुआब बीहदाना शर्बत नीलोफर या गावजबान अर्क या कासनी अर्क से खावें ।

पथ्य—चने का रसा, या मूंग का रसा, या यवाश चाहिए । प्यास के लिए गावजबानअर्क, या कासनी अर्क, या मकोय अर्क पीवें ।

सौदाय पाचन द्रव्य ।

उस्तुखदूस, बिल्लीलोटन, गावजबान, हंसराज, सौंफ, मुलेठी प्रत्येक ९ माशा, १ पाव पानी में औटावें, जब आधा रहे तो मिश्री डाल कर शीतोष्ण पी लेवें ।

पथ्य—पालक के शाक या चने के रसे के साथ रोटी खावें ।

तथाच ।

बिल्लीलोटन, गावजबान, विस्फायज (खंकाली) उस्तुखदूस, पित्तपापड़ा, लहसूड़ियां, कासनी की जड़, मुलेठी, अंजीरपीत, खतमीबीज, आकाशबेल, जैसा कि ऊपर वर्णन हुआ है तैयार कर के पीवें।

सौदाय पाचन व विरेचनकारी योग।

बिल्लीलोटन, गावजबान, हंसराज, उस्तुखदूस, खतमीबिज, मुलेठी, सौंफ, ४-४ माशा, पित्तपापड़ा ९ माशा, मुनक्का निर्बीज १ तोला, दरोनज अकरबी ५ माशा, लहसूड़ियां २० नग, अंजीर पीत ४ नग, गावजबान की जड़, सौंफ की जड़, खंकाली प्रत्येक ४ माशा, उन्नाव १० नग, रात भर पानी में भिगोवे, और प्रातः मल छान कर गुलकंद २॥ तोला घोल कर ७ से ९ दिन तक पीवें। और विरेचन के दिन सनाय १ तोला, गुलाब पुष्प ६ माशा, कृष्ण हड़ ६ माशा, निशोथ चूर्ण ७ माशा, गुलकंद ४ तोला, अमलतास ६ तोला, आकाशबेल (पोटली में बांध कर) ७ से ९ माशा तक, पानी में औटावें, और मल छान कर ४ माशा बादाम रोगन डाल कर पीलें। और पीछे यदि दाह आदि हो तो शांति के लिए मुरब्बा हरड़, रौप्य या स्वर्ण वर्क से खावें, और ऊपर से शर्बत गावजबान या शर्बत उस्तुखदूस पीवें।

तथाच ।

उन्नाव १० नग, लहसूड़ियां २० नग, बनफशा, खतमी बीज, सौंफ, मुलेठी, प्रत्येक ४॥ माशा, बिल्लीलोटन, विस्फायज (खंकाली) ७-७ माशा, कासनी जड़ की छाल, हंसराज, ९-९ माशा, गावज़बान, १० माशा, उस्तुखदूस १ माशा, कृष्णहरड, पीतहरड की छालें १-१ तोला, आकाशबेल ४ माशा, मुनक्का दाना रहित १ तोला, गुलकन्द २ तोला, रात भर पानी में भिगो, प्रातः औटा, मल छान कर पीलेवें। और विरेचन के दिन गारीकून २ माशा, सनाय, आकाशबेल प्रत्येक १ तोला ४॥ माशा, अमलतास ४ तोला, सनाय और आकाशबेल को पानी में औटावें और मल छान कर गरम २ में अमलतास घोल कर छलनी से छान लें, और गारीकून छान कर मिलाकर पी लेवें।

विदग्ध और विकृत रक्त पर योग ।

बनफशा, कासनी जव कूटकर, खीरा बीज अधकुट, ९-६ माशा, इमली १७॥ माशा, आलू बुखारा १० नग, उन्नाव २० नग, पानी में औटाकर मल छान कर २ तोला मिश्री या शर्बत बनफ़शा और नीलोफर डाल कर पी लेवें ।

कफ़ वात नाशक काढ़ा ।

सौंफ, मुलेठी, दोनों अधकुटी कर के गावजवान, बिल्लीलोटन काकमाची बीज, किकर की जड़ की छाल, ९-९ माशा, उस्तुखदूस, मुनक्का निर्बीज, विस्फाइज कुटी २ तोला ३ माशा, गुलकन्द मधुकी, ९ माशा बनफ़शा मुट्ठी भर, पीत अंजीर ५ नग, लहसूड़ियां अधकुटी २५ नग, उन्नाब ३० नग, यह १ मात्रा है. ३ दिन प्रातः समय पीवें, चौथे दिन सनाय इमली, प्रत्येक २। तोला अधिक करके पीवें ।

विदग्ध पित्त, कुष्ठ, उन्माद, हृदय धड़कन, और सम्पूर्ण वातज रोगों को गुणकारी क्वाथ ।

श्वेत निशोथ चूर्ण ९ माशा, बादाम रोगन में स्निग्ध करके पृथक् धरे, बिल्लीलोटन, गावजवान, उस्तुखदूस, आमला, विसफाइज, मुलेठी अधकुटी, काकमाची बीज, पित्तपापडा, प्रत्येक १०॥ माशा, गुल बनफशा, गुल नीलोफर, कासनी बीज, प्रत्येक १४ माशा, सनाय, पीतहरड छाल, कृष्णहरड, गुलाब पुष्प, आकाशबेल पोटली में बांधकर प्रत्येक २ तोला, मुनक्का निर्बीज ३ तोला, इतने पानी में औंटावें, कि अर्द्ध पानी जल कर पीने को पर्य्याप्त रहे । पोटली सहित मल छान कर अमलतास और तुरञ्जबीन प्रत्येक ५ तोला, घोल कर लोहे की छलनी से छान कर निशोथ चूर्ण मिला शीतोष्ण पीवें ।

कफवात विरेचन ।

आकाशबेल ९ माशा, गारिकून, उस्तुखदूस, बिसफाइज, प्रत्येक ३॥ माशा, कूट छान कर सौंफ के पानी में मिलावें, और श्वेत

शक्कर ३ तोला, तुर्अवीन १॥ तोला, पानी में घोलकर शीतोष्णपानी के साथ निगल जावें ।

सारांश ।

मवाद को निकालने के पीछे असली इलाज की ओर ध्यान देना चाहिए। विरेचन के पश्चात् थोड़े दिनों तक मिष्ट और क्रोध वस्तुओं के खाने से बचना चाहिए। और आमाशय व अन्त्रियों की शक्ति को स्थिर रखनेके लिये जो आवश्यक नियम हैं, उन पर ध्यान देना चाहिए। इन नियमों को यहां वर्णन करने से लेख लम्बा हो जावेगा। इस वास्ते जिसको देखना हो, वह हमारे रिसाला "क्या मैं तन्दुरुस्त हूं, और सेहत व दराज़ी उमर का राज़" मूल्य ॥)॥ मंगवाकर देखें। बारम्बार निवेदन है, कि नया मल न संचित होने दें, और पाचक औषधि भी साथ २ खावें, ताकि कोमल आहार भी जो खाया जाता है, वह पचता जावे। और आमाशय के भीतर जो लुआब बनता है, और पाक के लिए आवश्यक है, वह डाक्टरी अनुसन्धान से पैपसीन, तेजाब नमक पानी और नमक का मिलाप है। पैपसीन एक दवा बाजार से मिलती है, और अर्द्ध या १ रत्ती इस की मात्रा है, इस से पक्वाशय को बड़ी सहायता मिलती है, और यदि उस के साथ १०-१५ बूंद हलके लवण तेजाब के मिला लिए जावें, और साथ ही कोई टानिक जैसे जन्शन मिला लिया जावे, तो पक्वाशय के लिए बहुत गुणकारी है।

निम्नलिखित पाचक योग एक डाक्टर साहिब का नियोजित है।

पैपसिन खालिस	३० ग्रेन ।
हलका तेजाब लवण	१ डराम।
गिलीसरीन खालिस	२ औंस ।
कम्पौण्ड टिंकचर जनशन	३ औंस ।

एक चमचा चाय अर्थात् ३ माशा, एक छटांक पानी में डाल कर भोजन से पहले सेवन करे।

(२) ३ माशा पैपिन्सिया (Pepincia) एक छटांक पानी में मिलाकर भोजन से पहिले पीना गुणकारी है।

लेको पैपटिन (Lacopeptins) जो कि बनी बनाई औषधि मिलती है, १० या १५ ग्रेन भोजन से पहिले पीना भी गुणकारी है।

(३) आरमर्ज एसिड गिलीसरीन आफ पैपसिन (Armours acid Glycerine of Pepsine) २ माशा, १ छटांक पानी में मिला कर भोजन से प्रथम पीवें, बहुत गुणकारी है।

(४) गिलीसिरीन और पैपसिन ३ माशा, एक छटांक पानी में भोजन के साथ ही पीलें, आहार को पचाती है।

(५) बन्जर पैपटिक सोल्यूशन (Benger peptic Solutions) पैपसिन से बनी हुई औषधियां प्रसिद्ध हैं, ३ माशा, चाय का पानी २ औंस भोजन के साथ पीना पाचन के लिए बहुत ही गुणकारी है। सैंकड़ों में से केवल थोड़े योग लिखे जाते हैं।

नोट आवश्यक—पैपसीन, मांस से बनती है, इस लिये केवल मांसाहारी ही उसे बर्त सकते हैं।

(६) अमृतधारा २ बिन्दु भोजन से पीछे वैसे ही या उष्ण पानी से पाचन शक्ति को बढ़ाती है। खाए हुए आहार को पचाती है। केवल पाचन शक्ति बढ़ाने के लिए २-३ बिन्दु सायं प्रातःभोजन से प्रथम खाने चाहिऐं।

७-पाचक योग।

शुद्ध आमालासर गन्धक २ तोला, काली मरिच ६ माशा, काला लवण ६ माशा, पिपलामूल १ तोला, पीपल १ तोला, तुलसी पत्र १ तोला, सोंट १ तोला, लैमू के रस से खरल करके बनबेर प्रमाण गोलियां बनावें। कफ प्रकृति वाला १ गोली, पित्त वाला आधी गोली भोजन के पीछे उष्ण पानी से खावें, आहार को पचाता और पाचन शक्ति को तेज करता है।

८-पाचक चूर्ण।

पीपल, काली मरिच, सोंठ, हरड़ छाल, बहेड़ा छाल, आमला अजवायन देसी, अजमोद, पोदीना, अनारदाना, समाक, चित्रा, चारों लवण, सोंफ, प्रत्येक १ तोला, नौशादर २ तोला, कूट छान कर चूर्ण बनावें, भोजन पश्चात् १-२ माशा चाटा करें।

९–पाचक वटी ।

त्रिफला ३ तोला, त्रिकुटा २ तोला, देशी अजवायन २ तोला हींग ४ तोला, काला नमक ८ तोला, दारचीनी १ तोला, कूट पीस कर आध सेर लेमू के रस में खरल करके गोलियां जंगली बेर प्रमाण बनावें, अर्द्ध गोली सायं प्रातः भोजन पीछे खावें। १ गोली उष्ण पानी से उदरशूल दूर होता है ।

१०–लवङ्गादि चूर्ण ।

कपूर, लौंग, इलायची श्वेत, दारचीनी, नागकेशर, जायफल, उशीर, सोंठ, जीरा, चन्दन, वंशलोचन, बालछड़, श्वेत चन्दन बूर, नीलोफर, पीपल, तगर, नेत्रवाला, कङ्कोल, सम भाग लेकर चूर्ण बनायें, और सब की आधी मिश्री मिलावें। भोजन को पचाता है, पाचन शक्ति बढ़ाता है, क्षुधा वर्द्धक है, उदर रोग नाशक है।

११—यवानी खाण्डव चूर्ण ।

अनारदाना, अजवायन, इमली, अम्लवेद, हाऊबेर प्रत्येक १६ माशा, काली मरिच १० माशा, पीपल ४० माशा, दारचीनी, सोंचर नमक, धनिया ८-८ माशा, मिश्री ४०६ माशा लेवें, सब को कूट पीस कर चूर्ण कर लेवें, यह क्षुधा को बढ़ाता है। अपाचन, अर्श, संग्रहणी, अतिसार आदि बहुत से रोगों को गुणकारी है ।

१२—हिंग्वादि चूर्ण ।

हींग भूनी, पाढ़ा, जंगहरड़, धनियां, अनारदाना, चित्रा, कचूर, अजमोद, सोंठ, काली मरिच, पीपल, हाऊबेर, अम्लवेद, वनतुलसी, तिंतड़ीक, जीरा, पोहकरमूल, बच, चव्य, सज्जीखार, यवक्षार, सेंधा नमक, सोंचर नमक, बांकरखार, विड नमक, समुद्र नमक, सबको कूट पीस कर चूर्ण बनावें, भोजन से पहिले या बीच में शीतोष्ण पानी से, या छाछ से २ माशा खावें, तो आहार पाक हो, पाचन शक्ति बहुत बढ़े, उदर रोग सब दूर हों, बहुत बढ़िया औषधि है ।

पाचन शक्ति—को इस प्रकार की औषधियों से सहायता देने से आमाशय को थोड़ा सा आराम मिलता है, और पाचक रस अधिक बनता है, दूषित माद्दह आगामि संग्रह नहीं हो सकता है, क्यों कि इस के साथ आहार भी नरम होता है, क्रमशः आहार को फिर बढ़ाया जाता है, फल, भाजियां आदि का खाना आरम्भ किया जाता है, ताकि मल कुछ अधिक बने, और अवांत्रयों की सलेष्मा भी अधिक उत्पन्न हो, और उनकी शक्ति भी बढ़ावे।

यव को भिगो कर छिलका उतार यदि भून लिया जावे, तो यह उत्तम आहार है, और निशास्तादार पदार्थ, इस की सहायता से पचते हैं, भोजन पश्चात् अभी तक चूर्ण सेवन किया जा सकता है। इस प्रकार आहार को धीरे २ बढ़ाकर पाचक औषधियों को शीघ्र ही कम कर देना चाहिए, और शीघ्र फिर उन को छोड़ देना चाहिए, ताकि पाचक अवयव शिथिल न हो जावें, और फिर व्यायाम से अवस्था ठीक रखना चाहिए।

पित्त की कमी।

प्रारम्भ में पाचक अवयवों के चित्र को जिन श्रीमानों ने देखा होगा, उन को ज्ञात होगा, कि यकृत के साथ एक पित्त की थैली दिखाई गई है, भ्रमण करता हुआ रुधिर जब यकृत में आता है, तो उस को लाली मिलती है, और यह रक्त से अपनी आवश्यकताओं और पित्त को प्राप्त करती है, जो पित्त कि फिर साथ की एक थैली में जमा रहता है, पित्त स्वभावतः कोष्ठबद्धता नाशक है। जो आहार आमाशय से आंत्रियों की ओर जाता है, यह पित्त उस पर गिरता रहता है, यह पित्त रोगकीटाणुओं का नाशक भी है, पुरीष में पीतत्व इसी के कारण होता है, और आहार के बहुत से परमाणु इस से पच जाते हैं, यकृत में थोड़ी सी खराबी भी पित्त की कमी, या विकार या गहरा या नीला, होने के कारण हो सकती है, पित्त की कमी आदि से पक्वाशय में विकार आ जाता है, और मल अधिक जमा होना आरंभ हो जाता है, इस

वास्ते यह भी आवश्यक है, कि पित्त उचित मात्रा में निकलता रहना चाहिए।

पित्त की न्यूनता के वास्ते।

प्रायः डाक्टरी औषधियां हमारे धर्म्म के विरुद्ध होती हैं, और जब कभी कोई डाक्टर ऐसी तजवीज़ करें, तो उससे भली भांति दरयाफ्त करें, कि क्या वस्तु है।

पित्त की न्यूनता कतिपय समय कोष्ठबद्धता से हो जाया करती है, और कोष्ठबद्धता के दूर कर देनेसे जाती रहती है, बल्यू पिल २ ग्रेन, रूबार्ब ३ ग्रेन मिला कर रात को देनेसे प्रातः खुलकर शौच आ जाता है। बल्यूपिल में पारद होता है, इस वास्ते यह पित्त के निकालने में भी सहायता देता है। कैलोमल में भी पारद होता है, इस लिये उस को देना भी गुणकारी है: अतः कैलोमल १ ग्रेन, ग्रे पोडर ३ ग्रेन, रुबार्ब ३ ग्रेन रात्री को सोते समय देवें।

पारद और गन्धक के मिलाप से, जिन गोलियों का पीछे वर्णन हो चुका है, वह रात को देवें, प्रातः समय खुल कर शौच आवेगा, इस के पश्चात् अमृतधारा ३ बिंदु, सौंफार्क में २, ३ बार देवें, तो पुरीष उचित मात्रा में निकलेगा।

पोडोफीलन Podophyllin.

एक अङ्गरेजी औषधि है, उसको बेजीटेबुल कैलोमल भी कहते हैं, इसको एक चावल देना चाहिये, इससे भी यकृत तेज होता है, और पित्त पूरा उत्पन्न होता है।

यूनिमिन Euonymin एक दो चावल भी वही प्रभाव उत्पन्न करती है, ½ रत्ती हीनबीन के साथ मिला कर देना चाहिये।

सटेन्डन एक औषधि है, जो इस कार्य्य के लिये बहुत प्रसिद्ध है।

देशी औषधियों में संगयशव भस्म, मंडूर भस्म मिला कर काकमाची अर्क व सौंफार्क के साथ एक २ रत्ती सायं व प्रातः (कोष्ठबद्धता दूर होने के पीछे) खाना मेरा अनुभूत है और पीछे जो चूर्ण लिखे गये हैं, वह सब न्यूनाधिक गुणकारी हैं। **पित्त व यकृत के लिये अङ्गरेजी प्रसिद्ध योग लिखे जाते हैं:—**

Liver Medicines.

Acidum Nitricum Dilutum. zii.
Tincturæ Nucis Vomicæ 3i.
Extracti cinchonæ Liquidi. 3iii.
Aquæ Chloroformi add. 3vi.

सब को मिलाकर एक चमचा (२ डराम), १२ औन्स पानी में ११ बजे, और ४ बजे दिन को देवें, यकृत पुष्ट होता है।

Acidum Nitricum Dilutum. 3ii.
Tincturæ Podophylli. i3i.
Succus Taraxaci. 3vi.
Spiritus. Chloroformi. 3ii.
Tinctura Chiratoe. 3ii.
Aqua Destillata add. zvi.

सब औषधियों को मिला कर ४ डराम २ औन्स पानी में मिला कर दोनों समय भोजन के पीछे खाने से यकृत पुष्ट होता है, पित्त तेज होता है।

Soda Bicarbonatis. 3iii.
Succus Taraxaci. zi.
Tincturæ Rhei. zvi.
Infusi Gentianæ Co., add. zvi.

सब को मिलाकर ४ डराम २ औंस पानी में दिन में ३ बार भोजन पश्चात् खावें, तो गाढ़े पित्त को पतला करता है, और यकृत् को वल देता है, कोष्ठबद्धता निवारक है।

Podophylli. gr. iii.
Spiritus Ammoniæ Aromaticus. ,, ziii.
Solve it add Succus Taraxaci. ,, zi.
Tincturæ Zingiberis. ,, zii.
Dacocti Aloes Co., add. ,, zvi.

एक डबलस्पूनफुल वाइन गिलास पानी में मिला कर दिन में २ बार भोजन के पीछे खाने से यकृत् को बल देता है, और तेज करता है।

Ammonii Chloridi. zii.
Soda Bicarbontis. ziii.
Tincturæ Aurantii. zi.
Spiritus Chloroformi. zii.
Infusi Gentianæ Co, add. zvi.

भोजन के पीछे दिन में २ या ३ बार उपर्युक्त विधि के अनुसार देने से वही गुण हैं, परन्तु यह निर्बल मनुष्यों को देना चाहिये, क्योंकि उनको तेज औषधि देने से हानि हो सकती है।

Calomel. gr. x.
Pilu'æcolscynthidis H Hyoscyami. zi.

यह सब औषधियां मिला कर २० वटी बना लेवें, सोते समय १ वटी खावें, सारक और पित्त को तेज करती है।

Pilulæ Hydrargyre gr. xi.
Pelul H Plhev co. zi.

सब को मिलाकर २० गोलियां बनावें, एक या दो गोली सोते समय पानी से देवें, सारक है।

Quininæ Sulphatis. gr. xx.
Pelulæ Hydrar gyri. gr. xxx.
Extracti Belladonn H. gr. v.
Piluloloey nthidis co. gr. xx.

सब औषधियों को मिलाकर २० गोलियां बनावें और भोजन के पश्चात् १ गोली खावें, यकृत् को तेज करता है, और बहुत गुणकारी है।

Podophyl i. gr. 7.
Extracti Belladoun H. ,, i.
Capsici. ,, iv.
Pulveris Rhei. ,, xx.

सब की ३० गोलियां बनावें, मात्रा १ गोली दिन में ३ बार पानी से, यकृत् को बलदायक है।

Colomel.	gr. ii.
Euomymini.	gr. ii.
Podophylli.	gr. ii.
Pulveris I pecacuanh H. gr.	xx.

यह सब औषधियां मिलाकर २० गोलियां बनावें और दोनों समय भोजन के पश्चात् १-१ गोली खावें, यकृत् को तेज करती है।

Felis Bovini Purificati.	gr. xi.
Olei Caraim.	,, x.
Magnesiæ Carbonatis, Q. S. ut fiat massa.	

सब को मिलाकर २० गोलियां बनावें, पित्त कम उत्पन्न होता हो तो १-१ गोली दोनो समय भोजन के पीछे खावें ।

Felis Bovini Inspissati.	gr. xx.
Extracti Pancreatici.	,, v.
Extracti Colocynthidis Co.,	,, x.
Quininæ Sulphatis.	,, x.
Extracti Taraxaci.	,, xv.

सब को मिलाकर २० गोलियां बनावें और दोनो समय भोजन पीछे खाने से पित्त अधिक उत्पन्न होता है ।

Pepsinæ Puræ.	gr. xxx.
Acidi Hydrochlorici Diluti	dr.
Glycerini Puri.	dr.
Tincturæ Gentianæ Co , add	oz.

एक डराम १ औंस पानी में मिला कर भोजन के पीछे सेवन करने से पाचन शक्ति को बढ़ाता है ।

एलुवादि वटी का योग जो प्रकृति को कोमल करे, पित्त को अनुलोम करे, और कामला को दूर करे ।

एलुवा ३ माशा, सकमूनिया पौन माशा गारीकून २ माशा, असारा गाफिस १ माशा, को कासनी अर्क के साथ गोली बनावें, यह एक मात्रा है, रात्री को खाने से प्रातः खुल कर शौच होगा ।

यकृत की कमजोरी, भारीपन और दरदों के लिये युनानी योग ।

बोल, अहिफेन, केशर, जुन्दबेदुस्तर, अजवायन, खुरासानी कूट, काली जीरी, खशखाश, गाफिस, दक्षिण अजाश्रृंग भस्म की हुई, भेड़िये का यकृत् शुष्क, सब समान भाग लेकर, कूट पीस कर तिगुने मधु में मिलावें, और ६ मास तक सेवन करे। मात्रा १ से ३ माशा तक, कासनी अर्क या सब के रस से।

यकृत शोधक, सुद्दा भेदक योग।

लाख धुली हुई, रेवन्द चीनी, प्रत्येक ९ माशा, असारा गाफिस, सौंफ, शलगम बीज, प्रत्येक १५ माशा, अफसन्तीन १० माशा, कासनी के बीज ३० माशा, कसूस बीज २१ माशा, अजमोद के बीज १२ माशा, घोट छान कर रक्खें ३ माशा कासनी अर्क से खाया करें।

चूर्ण जो यकृत को बल देने में लाभदायक है ।

गुलाब पुष्प ९ माशा, जिरिश्क, मुनक्का लाख धुली, प्रत्येक ४॥ माशा, मजीठ, वंशलोचन, श्वेत चन्दन, निशास्ता, कीकर का गोंद, प्रत्येक ३ माशा, रेवन्द चीनी २ माशा, जिरिश्क ४ माशा, केशर ४ रत्ती कूट छान कर चूर्ण बनावें, और प्रकृति के अनुकूल सेवन करें।

यकृत् व आमाशय की निर्बलता नाशक और ऊष्ण रुक्ष प्रकृति वालों को गुणकारी शर्बत अफ़सन्तीन ।

अफ़सनतीन ४ माशा, गुलाब पुष्प १६ माशा, इम्बली ८ माशा, तुरंजबीन ४ माशा, तुरंजबीन के अतिरिक्त शेष औषधियों को आध सेर पानी में औटावें, जब आध पाव रहे, उतार मल छान कर, तुरंजबीन घोल कर छान कर, पी लेवें, यह सब एक मात्रा है, इस से दस्त होगा, दो तीन दिन पीना पर्याप्त है।

यकृत् को बलदायक और शीत प्रकृति वालों को गुणकारी टिकियां।

रेवन्द ३ माशा, बालछड़, रूमीमस्तगी, गाफिस, आफ़सन्तीन, रूमी सौंफ, एक २ माशा कूट छान कर सौंफार्क से वटी बना २ माशा खावें।

यकृत् व आमाशय को बलदायक विबन्ध नाशक योग।

गुलाब पुष्प ३० माशा, मुलेठी १८ माशा, बालछड़ ९ माशा, मस्तगीरूमी, वंशलोचन प्रत्येक ३ माशा कूट छानकर गुलाबार्क में टिकिया बनावें, मात्रा ४ माशा सायम् प्रातः।

रक्त क्षीणता और पांडु रोग का योग।

कुछ कारणों से रक्त में ऐसी खराबी हो जाती है, कि उससे अंगों की निर्बलता होनी आरम्भ होती है, सब से बड़ा कारण यह होता है, कि यकृत् अपना काम करना छोड़ देता है, इस लिए रक्त लाल नहीं हो सकता है और मनुष्य श्वेत होता जाता है। इस रोग से शरीर के भीतर रुधिर बहुत कम हो जाता है, और मनुष्य देखते ही कह सकता है कि तेरे भीतर खून नहीं है, इस के कारण कोष्ठबद्धता भी हो जाया करती है, इस दशा में केवल कोष्ठबद्धता को दूर करना या कोष्ठबद्धता को दूर करके रक्त क्षीणता की औषधि न करना, कुछ लाभ नहीं देता है,रक्त क्षीणता व पांडु रोग को सविस्तर चिकित्सा अंकित करने की यहां समाई नहीं है, परन्तु यह कोष्ठबद्धता का एक कारण है, और इसके दूर होने से भी, कोष्ठबद्धता दूर हो सकती है, इस वास्ते दो चार योग नीचे अंकित किये जाते हैं:—

डाक्टर बिग्ग साहिब का अनुभूत योग।

१२ आंस पानी में डाईल्यूट नाईटर म्यूरजी एटिक एसिड १० बूंद, भोजन से आध घण्टा पहिले दिन में तीन बार देवें। या निम्नलिखित योग देवें:—

डाइल्यूट नाइटर म्यूरिएटिक एसिड	५ बूंद
टेरेक सेकम	½ डराम
पाडो फीलन	¹⁄₁₆ रत्ती
टिंकचर निकस्वामीका	५ बूंद
टिंकचर जनशन	२० ,,

ग्योनमेथ्स वर्जनिका—यकृत् के लिये बहुत गुणकारी औषधि है, और पांडु को दूर करती है, परन्तु डाक्टर बहुत कम इसको वर्तते हैं, और दुकानों में कोई २ रखता है, परन्तु यह बहुत गुणकारी औषधि है।

यकृत को बलदायक योग।

इस रोग में यकृत् को पुष्टि देने के साथ २ रक्त को बढ़ाने की भी आवश्यकता है, देशी और अंग्रेजी चिकित्सा में फौलाद भस्म इसके वास्ते बहुत गुणकारी है, फौलाद के योग जहां रक्तको बढ़ाते हैं, वहां टानिक होने से सारे शरीर को पुष्टि भी देते हैं, फौलाद के बुरादे को घृत कुमारी के गूदे के साथ खरल करके १० सेर अग्नि दें, इस प्रकार सात वार अग्नि देने से भस्म होजाती है। मात्रा एक रत्ती मक्खन के साथ।

निम्न लिखित योग यकृति की पुष्टि और रक्त क्षीणता के वास्ते अद्वितीय है, और प्रधान अवयवों को बल प्रदायक है :—

फौलाद भस्म १ तोला, ताजा ब्रह्मी का स्वरस १ तोला, घृत में भूना हुआ जिमीकन्द का छिलका ६ तोला, श्वेत एलायची का छिलका १ तोला, श्वेत मूसली २ तोला, भेड़ का दुग्ध ५ तोला, सब औषधियों को लोहे की कड़ाही में डालकर मन्द अग्नि में भून लें, और खरल करें। मात्रा २ रत्ती, छाछ से खावें। यह औषधि अनुभूत है, थोड़े दिनों में ही रक्त शरीर में भरा हुआ मालूम होगा॥

रक्त क्षीणता के वास्ते और बहुत से देशी तथा अङ्गरेजी योग हैं, अङ्गरेजी में साइट्रट आफ आयरन, पैपटो नाइज्ड आयरन ब्लाड्पिल्ज़ मिक्सचर आफ आयरन, फीलोज सीरप आफ हायो

फासफेट, प्रक्लौराइड आफ आयरन, सलफेट आफ आयरन, फासफोर्स सौल्यूशन आदि दिये जाते हैं, और हमारे यहां फौलाद भस्म, शंख भस्म, संखिया भस्म, मंडूर भस्म, आदि दी जाती हैं, परन्तु हम यहां कोष्ठबद्धता का वर्णन कर रहे हैं, इस वास्ते केवल इतना लिख सकते हैं, कि यदि कोष्ठबद्धता के कारण रक्त क्षीणता हो, तो इसके वास्ते फौलाद मिश्रित योग खाने चाहिये, और यकृत को पुष्टी देने वाली औषधियां जो दी जा चुकी हैं, देवें। पीछे जो योग ब्रह्मी का दिया जा चुका है, वह अकेला ही पर्याप्त है। रक्त क्षीणता पर एक पृथक् निबन्ध लिखा जायगा, उसमें सविस्तर वर्णन होगा।

पुरानी कोष्ठबद्धता।

जब सदैव कोष्ठबद्धता रहती है अर्थात् प्रायः कोष्ठबद्धता लगी रहती है, आज कोष्ठबद्धता है, कल नहीं है, दो चार दिन यह दशा है, फिर अच्छा है, तो अन्त्रियों की पाचनशक्ति बहुत कम होजाती है, और कोष्ठबद्धता बनी रहती है, तब उसको जीर्ण कोष्ठबद्धता कहते हैं। चिकित्सा तो इसकी भी वही है, परन्तु अधिक सावधानी की आवश्यकता है, और साथ ही यह ध्यान रखना आवश्यक है, कि बड़ी अन्त्री जो अपना बल खो चुकी है, उसको पुनः बलवान किया जाय, चिरकाल तक धीरे २ नियमानुसार चिकित्सा करना चाहिये। विद्युत शक्ति है, और उठाने वाली शक्ति है, इस वास्ते अंत्री स्थान पर लगातार विद्युत की किरण पहुंचाना, उसकी शक्ति को वापिस लाता है, विद्युत के बक्स बहुत प्रकार के अङ्गरेजी दुकानों से मिलते हैं, इनमें दो तार होते हैं, आगे उसके स्पंज लगा होता है, एक तार आगे की ओर लगाया जाता है, कि जिससे बिजुली की किरण चलने लगती है, विद्युत से बहुत देर के पीछे लाभ दिखाई देने लगता है। कभी २ कोई बहुत बड़ा सुद्दा, अन्त्री के मुख पर फंस जाने से, आंत के सुकड़ने और खुलने की शक्ति जाती रहती है, परन्तु सुद्दा निकाल दिया जावे तो आराम आ जाता है।

एक रोगी का हाल मुझे स्मरण है, कि उसको प्रति दिन तीव्र से तीव्र विरेचन दिया जाता था, परन्तु उसको एक दस्त भी न होता था, अन्तमें रक्तमरिच्च कूटकर, उसकी दो तीन पुड़ियां बनाई गईं, और तीन २ घंटे के पश्चात् एक २ पुड़िया दीगई, जिस से एक सुद्दा निकला, जो बड़ी कठिनता से टूटता था, और उसके पश्चात् विरेचन आरम्भ हो गया, क्योंकि उसी ने सब कुछ रोका हुआ था, लाल मरिचें चुभती हैं. इस लिये उन्होंने वहां जाकर अन्त्री को इस जोर से संकुचित किया कि सुद्दा बाहर आ गया। जैसा कि आपने सुना होगा कि किसी बादशाह के नेत्र बन्द न होते थे, उसको पियाज चीरने के वास्ते कहा गया, जब पियाज का प्रभाव नेत्रों में पहुंचा, तो नेत्र अपने आप बन्द हो गये, अन्त्रि को बल पहुंचाने के वास्ते कुचला आदि सेवन किया जाता है, और जहां कोष्ठबद्धता की वह चिकित्सा की जाती है, जो कि सतत कोष्ठबद्धता में वर्णन हुई है, वहां शक्ति सञ्चार के वास्ते कुचला व संखिया आदि भी दिये जाते हैं, फेलोज सीरप आफ हायो फासफेट अंग्रेजी औषधियों में उत्तम है, क्योंकि फासफोर्स इसमें वर्तमान है, जो कि फुर्ती और चालाकी की जान है, और स्टरिकनिया अर्थात् सत कुचला भी $\frac{१}{१२}$ ग्रेन प्रति मात्रा वर्तमान होता है, और इतना ही इस अवसर पर देना चाहिये, मात्रा १ डराम होती है, टिंकचर कुचला ५ बिन्दु भी पड़ो, अन्त्रियों को बल देता है।

कुचला सात दिन दुग्ध में भिगो कर, उसका छिलका और आन्तरिक पित्ता दूर करके, कूट कर, इसमें सम भाग जमाल गोटे की जड़ मिला कर चने प्रमाण गोलियां बनावें, अर्द्ध गोली प्रातः और अर्द्ध गोली सायं को देने से अन्त्रि को बल देने के अतिरिक्त कोष्ठबद्धता को भी दूर करती जावेगी। पानी के साथ देवें। संक्षिप्त यह कि जितनी कोष्ठबद्धता की औषधियां हैं यह इस नियम पर हैं कि एक बड़ा विरेचन या वस्ती द्वारा मवाद को निकालें, और पाचक औषधियों से कोष्ठबद्धता को न होने दें, और अन्त्रियों को बल पहुंचाते जावें, और टानिक औषधियां भी देते जावें।

अफारा।

कोष्टबद्धता के साथ कभी अफारा हुआ करता है, और यह कष्टदायक होता है, उदर वायु से फूलता है, और ढोल की तरह बजता है, दम टूटता है, और पीड़ा होती है, इस पीड़ा के वास्ते अमृतधारा रसायन है, खांड में तीन बिन्दु मिलाकर गर्म पानी से खिला दो, निन्नानवे प्रति सैकड़ा पांच मिनट में आराम आता है, इसके अतिरिक्त बहुत प्रकार के चूर्ण इस मतलब के वास्ते वैद्यक में प्रचलित हैं।

निम्न लिखित योग मेरा अपना अनुभूत है, और बहुत गुण करता है।

पांचों अजवायन, पांचों लवण, सोंफ, अर्क पुष्प की लवंग, टंकण खील, नौसादर, त्रिकुटा, त्रिफला, समान भाग लेकर पीस कर, अनारदाना के पानी के साथ गोलियां बन बेर प्रमाण बनावें, और गर्म पानी से या सौंफार्क से दो तीन गोलियां खाने से अफारा और उदर शूल दूर होता है॥

अफारा की औषधि।

चित्रा, हरीतकी छाल, बहेड़ा छाल, आमला गुठली रहित सोंठ, काली मिर्च, पीपल, जीरा श्वेत, हाऊ बेर, वच, अजवायन, पिपला मूल, सौंफ देशी, अजमोद, कचूर, धनिया, वायबिड़ंग, कलौंजी, पोहकरमूल, सज्जीक्षार, यवक्षार, सैंधा नमक, बिड़ नमक, समुद्र नमक, कच्च नमक, प्रत्येक एक तोला, इन्द्रायन की जड़ २ तोला, निशोथ ३ तोला, जमाल गोटा की जड़, थूहर शुष्क, प्रत्येक ४ तोला, सबको खूब बारीक कूट कर रक्खे, मात्रा २ माशा गर्म पानी के साथ, रात्रि को सोते समय खावे, प्रातः खुलकर शौच आ जाता है, और अफारा दूर हो जाता है, उष्ण पानी के साथ खाने से अफारा दूर हो जाता है, उष्ण पानी के साथ खाने से अफारा को बहुत शीघ्र आराम आता है।

(२) पीपल १ तोला, निशोथ ४ तोला, मिश्री २ तोला, सब को मिलाकर रक्खे, मात्रा २ माशा मधु के साथ खाने से अफारा और कोष्ठबद्धता दूर हो जाती है।

(३) धनिया, सेंधा नमक, सोंचर नमक, बिड नमक, अजमोद, पोहकरमूल, यवक्षार, हरीतकी छाल, हींग भूनी, वायविडंग, प्रत्येक १ तोला, निशोथ ३ तोला, पीस कर चूर्ण करें, और दो दो माशा सायं प्रातः उष्ण जल के साथ खाने से अफारा, उदर शूल कोष्ठबद्धता दूर हो।

अफारा के वास्ते अंग्रजी औषधियां।

Tincture Zingiberis	zi
Do. Lavondulae	co zi
Do. Cardomomi	co zi

सब को मिला कर २ छटांक पानी में ४ डराम मिला कर प्रति घन्टे पीछे देते जावें, जब तक कि आराम न आवे।

Spirit of armorocial	co ziv
Tincturaegentianal	co ziv
Do. Lupuli	ziv
Spirit of Chloroform	ziv
Pepsinaeglycerini acdiod	ziii

चार डराम, २ छटांक पानी में ३ बार दिन में भोजन के पश्चात् सेवन करने से अफारा और शूल दूर होता है॥

Sodee Bicarbonatis	ziii
Liguoris Stry chninae	m xxx
Spiritus chloroformi	zii
Infusi gentianae co, ad	zvi

४ डराम २ औन्स पानी में २ बार दिन में २ बजे और ४ बजे पिया करें, यह गुडगुडाहट और अफारा को गुणकारी है॥

Tincturae cardamomi co	ziv
acidi Hydrocyanici Diluti	m xxx
Spiritus ammoniae armatici	ziv
Tincturae Zingiberis	zii
Spiritus chloroformi	zii
Aquae Destillatae ad	zvi

४ डराम, २ औन्स पानी में प्रति ६ घन्टे के पीछे अफारा को बहुत गुण करता है ॥

Sodae Sulphocarbolatis	zi
Do Carbonatis	zii
Spirit us ammoniae aromatici	ziv
Tincturae Zingiberis	z i
Aquae chloroformi ad	zvi

४ डराम, २ ओन्स पानी में मिला कर ३ बार दिन में भोजन पश्चात् देवें, अफारा को दूर करता है ॥

देशोपकारक औषधालय की

किंचित आवश्यक औषधियों के नाम संक्षिप्त गुण और मूल्य ॥

अमृतधारा

इसकी प्रशंसा पृथक् "अमृत" नामक पुस्तक में अंकित है। और यह इतनी प्रसिद्ध है, कि अमृतधारा न केवल लगभग सर्व मानुषी रोगों की जो साधारणतः घरों में बूढ़ों, बच्चों, जवानों पुरुषों और स्त्रियों को होते रहते हैं अचूक इलाज है, प्रत्युत पशु पक्षी आदि के रोगों को भी दूर करती है, विचित्र प्रभाव इस में ईश्वर ने भर रक्खा है। रोग नाम की शत्रु है। जहां रोग हो वहां ही जा पहुंचती है। वर्षों के रोग महीनों में, महीनों के दिनों में, दिनों के घण्टों में दूर करती है, मार्ग वा यात्रा में, हर घर में, हर जेब में, हर ऋतु में, हर देश में, इस को अपने पास रखकर रोगों के भय से निर्भय हो सकते हैं ॥

सब प्रकार का शिर दर्द, कफज, खांसी, शुष्क खांसी, पार्श्व-शूल (नमोनिया), नजला, जुकाम, विषूचिका, मन्दाग्नि, अरुचि, गुड़गुड़ाहट, मरोड़, परिणामशूल (दर्द कौलंज), अतिसार, वमन, मृगी, दन्तपीड़ा, वा दाढ़ पीड़ा, दांतों से रक्त जाना, वा पानी लगना, कर्ण पीड़ा कर्णस्राव, कर्णखाज, कर्णशोथ, कर्णकृमि, नासिकार्श, नाक में फुन्सियां, नासिका में दुर्गन्ध, छींक, नेत्र पीड़ा, फोड़ा, फुन्सी, सब प्रकार के घाव, कान का पकना, रान का लसना, दाद, चम्बल, गला बैठना, मुख शोथ, भिड़ का डंक, बिच्छू का डंक, सर्प का डंक, बावले कुत्ते का विष, गले में दर्द, सर्व प्रकार के ज्वर, मूत्र-कृच्छ्र, उपदंश, गिलटियां, बद्ध, सन्धिवात, सर्व प्रकार का शोथ, आन्तरिक व बाह्यक पीड़ायें, चोट से दर्द, बवासीर, मस्तिष्क की निर्बलता, प्लेग, रक्तवमन, राजयक्ष्मा, प्रसूत, हृदय रोग, कामला, वायगोला, आर्तव सम्बन्धी सर्व रोग, कण्ठमाला, (हजीरां), स्त्रियों

को शिर दर्द, गुद भ्रंश, हब्बारोग, बच्चा का दूध न पीना, सन्निपात, शिर घूमना, सन्यास, कम्परोग, लकवा, अर्द्धाङ्गवात, शिर की खाज, नेत्ररोग, फोला, बांफिनी, नाखूना, कुकरे, पड़वाल, घ्राणनाश, नकसीर जिह्वाशोथ, मुख में फुन्सियां मुख का पकना, ओष्ठशोथ, ओष्ठफुन्सी, दन्तकृमि, मसूढ़शोथ, गले पड़ना, स्वरभंग, रक्त थूकना, पीप थूकना, छाती का शोथ, फुफ्फुस शोथ, स्तन शोथ, स्तन फोड़ा, आमवात, मतली, यकृत पीड़ा, यकृतवात, जलोदर, वातोदर, पाण्डुरोग, आमातिसार, प्लीहोदर, वृद्धोदर, उदरकृमि, रक्तगन्दर, वृक्कद्वय पीड़ा वृक्कद्वय शोथ, मूत्राशय पीड़ा, मूत्राशय शोथ, अण्ड वृद्धि, उदररोग, गर्भाशय की शोथ, गर्भाशय की पीड़ा, योनिस्राव, कटिपीड़ा, रिंहनवाय, घुटने का दर्द, पिण्डुली का फूलना, नितम्ब पीड़ा पित्त, सर्व प्रकार के रोग, नासूर, सर्व प्रकार की खाज छपाकी, गुली अर्थात् ओष्ठ का सूजना, बहुस्वेद, अग्नि से जलना, इत्यादि २ दूर होते हैं ॥

मूल्य २॥, फी शीशी दवाई ४ डराम । नमूना की शीशी ॥), २ औंस की शीशी मानो असल से चार गुणा ६), बून्द गिराने वाली शीशी जिस में से जितने बून्द चाहो डाले जावें, ४ डराम २॥।)

आबेहयात

'अमृतधारा'' की नकल है । प्रायः विज्ञापन वालों ने नकल आरम्भ करदी है, और लोग अल्प मूल्य देखकर मंगवाते हैं, इसलिए यह नकल बनाकर रक्खी है जो इन नकालों से फिर भी अच्छी होगी। और असल व नकल का फर्क दिखादेगी ॥

मूल्य फी शीशी ॥।), नमूना की छोटी शीशी ।)

अक्सीर नं० १ महतार्जानकरण औषधि—बहुत वीर्य्यवर्द्धक उत्तेजक औषधियां का संग्रह है। नपुंसकता की सम्पूर्ण अवस्थाओं में हितकर है, यह पुरुषों के गुप्त रोगों के वास्ते जनरल औषधि है। नपुंसकता के अतिरिक्त बातज रोग कफज रोग, खांसी, नजला, जुकाम, कटिपीड़ा, सन्धिवात को हितकर है। शुक्रमेह, शीघ्रपतन, स्वप्नदोष को बहुत लाभदायक है। प्रभाव किंचित् उष्ण है। मूल्य ६४ गोली ४), ३२ गोली २) नमूना ८ गोली ॥, मात्रा १-१ गोली सायम् प्रात ॥

अक्सीर नं० २ लक्ष्मीविलास रस—वैद्यक में लिखा है, कि यह रस नारद जी ने श्री कृष्ण जी महाराज को बताया था, दूध के साथ नित्य खावे तो बूढ़ा भी युवा के तुल्य होवे। कामदेव के समान हो जावे, सन्निपात, प्रमेह, भगन्दर, कण्ठ शोथ, संग्रहणी, मरोड़ खांसी जुकाम, बवासीर, सन्धिवात, कटिपीड़ा, नेत्रपीड़, दाहमान्द्य, घ्राणदुर्गन्ध, गलगण्ड शिरपीड़, प्रदरादि को हितकर है। ज्वर या अन्य रोग के पश्चात जो निर्बलता, नपुंसकता प्रमेहादि होता है। उसको विशेष रूप से हितकर है। शुक्रमेह, स्वप्नदोष शीघ्रपतन को लाभदायक है। मूल्य ६४ गोली ४) ३२, गोली २), नमूना ८ गोली॥)

अक्सीर नं० ४ चरशक—शीघ्रपतन के लिये अकसीर औषधि है, इसे चार पांच मास तक सेवन करने से स्थायी और मजबूत बन्धेज हो जाता है, शुक्रमेह, स्वप्नदोष को भी गुणकारी है, वाजीकरण भी है, मात्रा १ से ४ तोले तक दैनिक है, पहिले १ तोला से आरम्भ करके थोड़ी २ रोज बढ़ावें, जहां तक बिना गरमी आदि मालूम होने के खाई जाये, साधारणतया २ तोला के लग भग खानाचाहिये प्रातः को खाकर ऊपर से दूध पीना चाहिये चालीस दिन तक अम्ल पदार्थ, बातज पदार्थ, तेल की वस्तुयें और सम्भोग से परहेज रखता हुआ खावे और उस के २० दिन पश्चात भी परहेज रक्खे, तो सदा के वास्ते कई गुणा स्तम्भन हो जाता है॥

जो पूरा परहेज न रक्खे तो १५ दिन परहेज सहित खावें, फिर आवश्यकता हो तो और १५ दिन परहेज सहित खावे जब तक मनोकामना पूरी होवे, मूल्य १ पाव ३) पाव १॥

अकसीर नं० १० — बल वर्द्धक है प्रत्येक जाड़े में एक मास खा छोड़ने से कभी बल कम न होगा। नामर्द भी मर्द हो जाते हैं, बूढ़ों को युवा बनाती है। मात्रा १-१ गोली, सायम प्रातः मूल्य जिस में कस्तूरी पड़ी हुई है ६४ गोली ४), ३२ गोली २), नमूना ८ गोली ॥), जिस में कस्तूरी नहीं पड़ी परन्तु धातुपुष्ट शेष सब औषधियां वही हैं ६४ गोली २), ३२ गोली १) नमूना ८ गोली ।)

अकसीर नं० ११ — हृदय, मस्तिष्क, यकृत, आमाशय, मूत्राशय को पुष्टिदायक है, आनन्द वर्द्धक है, शीघ्रपतन स्वप्नदोष को हितकर है, याकूती का काम भी देती है, ताऊन के दिनों में खाने से मानसिक बल स्थिर रहता है, और बड़ा गुण करती है उत्तेजक है, अमीरों के खाने योग्य है, प्रत्येक प्रकृति के अनुकूल आती है, इसका प्रधानांश स्वर्ण है, मूल्य ६४ गोली १०), १६ गोली २॥), नमूना ४ गोली ॥~)

अकसीर नं० १२ मात् वाजीकरण — विशेषतयः शीघ्रपतन के रोगियों के वास्ते है। तीसरे पहर एक दो गोली दूध से खाने से स्तम्भन होता है, नित्य सायम प्रातः एक गोली खाने से शीघ्रपतन का मूलच्छेद होता है, इसके खाने वाले को खांसी, नजला, जुकाम, कटिपीड़ा, वातज, कफज, आदि रोग नहीं सताते। मूल्य ६० गोली ३), २० गोली १), नमूना ५ गोली ।)

अकसीर नं० १५ मकरध्वज — बल की औषधियों का यह राजा माना जाता है। इसका प्रधान भाग चन्द्रोदय है। जिसका बनाना अत्यन्त कठिन है। ४० दिन खाने से ही असली जवानी आती है।

वोर्य्य को सन्तानोत्पत्ति के योग्य बना देता है। वोर्य्य सम्बन्धी सर्व रोग पूर्णतयः दूर हो जाते हैं। राजे महाराजे सदैव इसको अपने पास रखते हैं। और प्रायः खाते हैं। जिनको खरीदने की सामर्थ्य है उनको अन्य औषधि की आवश्यकता ही क्या है। मूल्य ५०) फी तोला है। फी माशा ४।), मात्रा ४ रत्ती है। प्रति वर्ष १ तोला खा छोड़ें तो पूर्ण आयु तक लेजाता है॥

अकसीर नं० १६ बृहद्वंगेश्वर रस—इस में स्वर्णभस्म चांदीभस्म, मोतीभस्म, कस्तूरी, वंगभस्म, कृष्णाभ्रक भस्म, भीमसैनी कपूर, आदि सम्मलित हैं। आनन्द दायक पौष्टिक और उत्तेजक है। शुक्रमेह तुरन्त दूर होता है। स्वप्न दोष, शीघ्रपतन को गुणकारी है। वीर्य्य गाढ़ा होता है, बीस प्रकार का प्रमेह और बारंबार मूत्र आना दूर होता है, जठराग्नि दीपन होती है, अग्नि वर्ण बल वीर्य्य और तेज बढ़ता है। पुराने ज्वरों पर देते हैं, हृदय मस्तिष्क यकृत को बल दायक है। मूल्य ३२ गोली ४), नमूना ८ गोली १)

अकसीर नं० १८ बृहद्वंगेश्वर चन्द्रोदय मिश्रित—(वैद्यक की प्रसिद्ध औषधि चन्द्रोदय जब उपर्युक्त औषधि में बढ़ाई जाय, तो यह अनुपमेय होजाता है। यह मकरध्वज से भी बढ़ कर है। वीर्य्य सम्बन्धी सर्व रोगों को दूर करके सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनाता हैं। मूल्य १) प्रति गोली, आठ गोली ७), १६ गोली १४)

अकसीर नं० १७—अकसीर नं० १६ के भीतर अकीकभस्म संगयस्त्रभस्म, लोहभस्म प्रवालभस्म, शिलाजीत, जायफलादि पड़ते हैं तो यह शीघ्रपतन ग्रस्तों के वास्ते नितान्त हितकर हो जाती है। चित्त प्रसादक भी अधिक होजाती है। शेष गुण वही हैं, मूल्य ३२ गोली ४), नमूना ८ गोली १)

अकसीर नं० २० मन्मथ रस—बूढ़ों को युवा और युवा

कामल बनाने के वास्ते यह योग शिवजी महाराज का निर्माण कृत है, उत्तमता यह है कि तीव्र नहीं है। चिरस्थाई लाभ धीरे २ करता है। सदैव खाने में कोई हानि नहीं है। शीघ्रपतन, स्वप्न दोष, शुक्रमेह, को दूर करता है, उत्तेजक है, बम्बई के एक ७० वर्ष के वृद्ध २२ बच्चों के पिता ने मुझे लिखा था कि युवावस्था के प्रारम्भ से प्रत्येक जाड़े में १ सप्ताह सेवन करता है और वह अब तक भी पूरी शक्ति रखता है, सन्तानोत्पत्ति के योग्य है। खांसी नजला, जुकाम, पाण्डु, कामला, अपाचन को हितकर है। शुद्ध रक्त उत्पन्न करता है। पौष्टिक उत्तेजक व स्तम्भक है। मूल्य ६४ गोली ४), ३२ गोली २), नमूना ८ गोली ॥)

अकसीर नं० २३ दूध घृत पाचक—इसे १ रत्ती तक प्रकृति अनुकूल नित्य खाने से दूध घृत पचाने की शक्ति दिन प्रति दिन बढ़ती जाती है। सेरों तक नौबत पहुंचती है, १४ दिन के भीतर पूरा प्रभाव प्रतीत होता है ४० दिन के भीतर सेरों दूध पचने लगता है, ७० दिन के सेवन से सम्पूर्ण कफज व वातज रोगों को दूर करती है, घी दूध पचने की शक्ति सदा के लिये बढ़ा देती है। मूल्य ५) रुपये तोला, नमूना ३ मशा १)

अकसीर नं० २४ सुखकारक—स्तम्भक है, शीघ्रपतन रोगी को जब तक रोग दूर न हो कभी २ आवश्यकता पड़ती है। तीसरे पहर दूध के साथ खावें पश्चात कोई खट्टी लवणयुक्त वस्तु न खावें, चौगुणा समय होता है। मूल्य ३२ गोली २), नमूना ४ गोली ।)

अकसीर नं० २७ (अब निर्बल न होंगे)—रति पश्चात एक दो गोलियां खा लीजिये, उदासी दूर, सुस्ती चकनाचूर, बल ज्यों का त्यों, तीसरे पहर खावें तो स्तम्भन हो। नित्य दूध के साथ

सायम प्रातः खावें तो शीघ्रपतन को हितकर है, मूल्य ६० गोली १) नमूना ≈)

अकसीर नं० २८ तैल माह कांगनी—कफज, वातज रोग नाशक, नपुंसकता, मस्तिष्क की निर्बलता, अस्मृति, शीघ्र पतन, कटिपीड़ा, सर्वांगपीड़ा आदि को दूर करती है, करतल पर मलें तो दृष्टि शक्ति को बल देता है। स्तम्भन के वास्ते भी निर्बलों को तिला का काम देता है, नसें और पट्ठे दृढ़ होते हैं, मूल्य १) शीशी ४ डराम, नमूना ≈)

अकसीर नं० ३० धातुवर्द्धक—इस से वीर्य्य बहुत बढ़ता है। और उसके पश्चात् पुंसत्व बढ़ना आरम्भ होता है। शुक्रमेह, स्वप्नदोष और शीघ्रपतन को भी हितकर है, मात्रा ६ माशा दूध के साथ, मूल्य २ पाव, नमूना ५ तोला ॥)

अकसीर नं० ३१ चन्द्रप्रभावटि—यह एक वैद्यक योग है, जो विविध नामों से बडे २ वैद्य बेच रहे हैं, यह मूत्र के साथ शुक्र (मनी आदि, जाने को रोकती है, २० प्रकार के प्रमेह पथरी, अफारा, शूल, मन्दाग्नि, अण्डवृद्धि, पाण्डु, कामला, बवासीर, भगन्दर, नासूर, कटिपीड़, कास, श्वास, हिक्का, डकार, नजलादि को हितकर है। वीर्य्य को शुद्ध करके सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनाती है। मात्रा दो गोली सायम प्रातः मूल्य ३२ गोली १), नमूना ८ गोली ।)

अकसीर नं० ३३ आयुर्वेदिकटानिक—रज वीर्य्य को शुद्ध करके सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनाती है। जब कोई विशेष कारण प्रतिबन्धक न हो, तो स्त्री पुरुष दोनों को गाय के दूध के साथ खिलाना आरम्भ करें, एक दो मास खावें, और प्रत्येक रजोधर्म्म के पश्चात संभोग करें तो ईश्वर कामना पूरी करें। यह गोलियां उत्तेजक,

शुक्रमेह, स्वप्नदोष, शीघ्रपतन, नाशक, शुद्ध रक्तोत्पादक, बलवर्द्धक, सन्धिवात नाशक हैं, और कटिपीड़ गुल्फपीड़, पार्श्वशूल, रानपीड़ा, रीघनवायादि सर्व वातज कफज रोग प्रमेह, कामला, रक्तक्षीणता, शोथ रोग, जलोदर, कठोदर, मूसा विष, स्त्रियों के मासिक रज की कमी व अधिकता. अण्डवृद्धि को हितकर हैं। मधु व पानी के साथ स्थूलता को दूर करती हैं। अंग्रेजी टानिक औषधियां से इस का मुकाबला करो अव्वल दर्जे रहेगी। मात्रा १ गोली सायम प्रातः, प्रकृति अनुकूल न्यूनाधिक कर सकते हैं। मूल्य ६४ गोली ४), ३२ गोली २), नमूना ८ गोली ॥)

अक्सीर नं० ३४ (क) शुक्रमेह (धातु जाना) के वास्ते यह अद्वितीय औषधि है। स्वप्नदोष को बहुत शीघ्र दूर करती है, शीघ्र पतन को भी हितकर है, वीर्य्य को गाढ़ा करने में अनुपम है, प्राकृत स्तम्भन को बढ़ाती है, मात्रा १ गोली सायम प्रातः। मूल्य ३२ गोली २), नमूना ८ गोली ॥)

अक्सीर नं० ३४ (ख)—उपर्युक्त औषधि के भीतर केशर, कस्तूरी, अम्बर, मोती, शिलाजीत, स्वर्ण, चांदी, अभ्रकादि भस्म और संयुक्त की जाती हैं, तो यह उपर्युक्त लिखित गुणों के अतिरिक्त हृदय मस्तिष्क, मूत्राशय, यकृत, आमाशय को बल देती है। उत्तेजना बहुत करती है, अमीरों के खाने योग्य है। मूल्य ३२ गोली ४), १६ गोली २॥), नमूना ८ गोली १।),

अक्सीर नं० ३५ लोहासव—यह एक विशेष प्रकार का हमारा स्वनिर्म्माण लोहार्क है, जो उत्तेजक है, पट्ठों को बल देने में अद्वितीय है, शुद्ध रक्त उत्पन्न करके कुछ दिनों में ललाई प्रदान करता है, शारीरिक बल को बढ़ाता है। सुस्त पट्ठों को चैतन्य करता है, वातज, कफज रोगों को दूर करता है, रक्तक्षीणता, पाण्डु, कामला को भी हितकर

है, इसके खाने वाले के केश शीघ्र श्वेत नहीं होते, मूल्य ४ औंस ४), २ औंस २), नमूना ॥),

अक्सीर नं० ३९—शुक्र जनक है, शीघ्रपतन व वीर्यस्राव को दूर करती है। वीर्य्य को खूब बढ़ाती है, और गाढ़ा करती है। शारीरिक बल को अधिक करती है। शीघ्रपतन के लिये विशेष रूप से हितकर है। शुक्रमेह को भी दूर करती है। लेसदार औषधि होने पर भी काबिज नहीं है। इसके खाने से प्राकृत स्तम्भन बढ़ता है। मूल्य फी पाव २), आधा पाव १), नमूना १ छटांक ॥

अक्सीर नं० ४० स्वप्नदोष नाशक—यह औषधि विशेष कर स्वप्नदोष ग्रस्ता के बास्ते है। शुक्रमेह व शीघ्रपतन नाशक है, स्तम्भक भी है। स्वप्नदोषाधिक्य १ मास के भीतर नष्ट होता है। मूल्य ३२ गोली १) नमूना ८ गोली ।)

अक्सीर नं० ४१ कामिनी वशीकरण—जो लोग कहते हैं, कि स्तम्भन का कोई औषधि उनको गुण नहीं करती। इस का सेवन करें। ६ गुणा बन्धेज होता है। यदि दैनिक यह गोलियां खाई जावें तो शीघ्रपतन दूर होकर सदैव स्तम्भन उत्पन्न होता है। शुक्रमेह, स्वप्नदोष का मूलच्छेद होता है। पट्ठों को पुष्ट और दृढ़ करती है। कस्तूरी, सोना, चांदी, केशरादि इस के प्रधान अंग हैं। मूल्य ३० गोली २५), ६ गोली ५), १ गोली १)

अक्सीर नं० ४२ अद्वितीय औषधि—स्तम्भन के विचार से यह अपनी भांति की पहिली औषधि है। किंचित् त्रुटियां हैं। बन्धेज की औषधि यथा, जायफल, लौंग, जावित्र अफीम, जुन्दबेद-स्तर, मायाशुतर अराबी, कुचिला, अकरकरा, कस्तूरी, धतूरा आदि

इस में नहीं है। न कोष्ठबद्धता करती है, न पीछे किसी प्रकार की हानि का भय है। पुंसत्व को अधिक करती है, पट्ठों को ढीला नहीं करती। तीसरे पहर खाने से ३-४ गुणा बन्धेज होता है। जो नित्य खाना चाहें ३ माशा रोज मधु के साथ खावें। शीघ्रपतन नाशक व उत्तेजक। मूल्य ८ तोला २), नमूना १ तोला।)

अकसीर नं० ४३ स्तम्भक—सैंकड़ों औषधियों के आज़माने के पश्चात् इसको निकाला है, यह नं० ४१ से भी विशेष काम में बढ़ कर हैं मूल्य यही है १ गोली १), ३० गोली २५, ६ गोली ५)

अकसीर नं० ४४ (फ़लकसैर)—इस के गुण नाम से ही प्रगट हैं, इसके खाने से मन में प्रसन्नता उत्पन्न होती है, आनन्द वर्द्धक है, हृदय मस्तिष्क को पुष्टि देती है. शुक्रमेह, शीघ्रपतन, स्वप्नदोष का नाश होता है। यदि तीसरे पहर को २-३ माशा खा लेवे तो विचित्रानन्द आता है, स्तम्भक और सुखदायक है, मूल्य ५ तोला २), नमूना १ तोला ॥), कस्तूरी, अम्बर, याकूत जमुर्रद, मोती, सोना, चांदी, केशर आदि से तैयार होती है॥

अकसीर नं० ४७ शीत—यह औषधि उन लोगों के वास्ते है जिनकी प्रकृति बहुत उष्ण है, कोई पौष्टिक उष्णौषधि उनके अनुकूल नहीं आसकती है, या सोजाक का रोग है मूत्र में कुछ जलन बाकी है, ललाई उसकी नहीं गई, या मूत्राशय के भीतर इतनी गरमी है कि थोड़ी ऊष्ण रूप औषधि रोग को दूर करने के स्थान में बढ़ाती है। प्रमेह, शीघ्रपतन, स्वप्नदोष और बकाया सोजाक को गुणकारी है, आनन्द दायक है, मस्तिष्क को तर व ताजा करती है, इस से स्वभाव प्रकृतावस्था पर आने शुक्रमेहादि दूर होने के पश्चात् और पौष्टिक औषधि दी जा सकती है। मूल्य ॥) तोला, ६ माशा।)

अकसीर नं० ४८--यह औषधि स्वप्नदोष व प्रमेह नाशक है, शरीर को मोटा करने वाली, चेहरा को लाल करने वाली है, पाचन शक्ति वर्द्धक है, कोष्ठबध्दता को नाश करती है। मात्रा ३ माशा से ६ माशा तक है। मूल्य १ पाव ४) ½ पाव २) है॥

अकसीर नं० ५०--अमीरों के वास्ते तोहफा, प्रत्येक रोग का अचूक इलाज, तुरन्त गुणकारी, प्रमेह, शीघ्रपतन, स्वप्नदोष के वास्ते अद्वितीय और वाजीकरण के लिये रसायन है। मूल्य २ गोली १)

अकसीर नं० ५१ अपूर्वचिन्तामणि रस—एक आदमी की गर्दन वादी से अकड़ गई थी, वह मुड़ती नहीं थी, कई इलाज कर चुका था, उसके वास्ते प्रथम इस दवा को तय्यार किया, तीन दिन, में उसको लाभ हो गया, फिर हमने इसको और अजमाया, यह ठीक अकसीर ही साबित हुई, वादी कोई रोग इसके सामने नहीं ठहर सकता, निर्बलता से पैदा हुई दाह को दूर करती है, सर्व रोगों को दूर करती है, प्रमेह, बहुमूत्र, शीघ्रपतन, स्वप्नदोष, को दूर करती है, हकलापन, गूंगापन, बहरापन, कानों में आवाजों का आना, सिर दर्द, सिर का घूमना, अरुचि, मतली, वमन, पुराना ज्वर, क्षय रोग, प्रसूत ज्वर, प्रदर आदि रोगों को दूर करती है, स्वर्ण आदि इसमें मिलाने से मूल्य इसका अधिक है मगर दवाई कमाल है, मूल्य ३० गोली ५) है ६ गोली १ है॥

अकसीर नं० ५२ बसन्त कुसुमाकर रस—यह शार्ङ्गधर उत्तम योग है, बहु मूत्र और सर्व प्रकार के प्रमेह को शर्तिया दूर करता है, मूल्य ६० गोली २०) है, नमूना ६ गोली २) है॥

अकसीर नं० ५३ यह गोलियां किसी भस्म व नशे वाली वस्तुओं के बिना तय्यार की गई हैं, शीघ्र पतन नाशक हैं। स्तम्भन

शक्ति को बढ़ाती हैं, मात्रा १ गोली प्रातः १ सायं का दूध से मूल्य ४० गोली २), नमूना १० गोली ॥)

अक्सीर नं० ५४ यह चूर्ण पुरुषों के वीर्य्य और स्त्रियों के दूध बढ़ाने, उन को शुद्ध करने के वास्ते अत्यंत गुणकारी है शरीर को हृष्ट पुष्ट करता है शुद्ध रक्त उत्पन्न करता है रक्तअर्श को दूर करता है मात्रा ६ माशा प्रातः या रात को जिस समय उचित समझो दूध के साथ सेवन कर सकते हैं, मूल्य २) प्रति पाव, नमूना १ छटांक ॥) हैं।

अक्सीर नं० ५५ स्वप्न दोष नाशक चूर्ण—यह विशेषतया विद्यार्थियों के वास्ते है स्वप्न दोष व प्रमेह को दूर करता हैं दिमाग रोशन करता हैं: स्मर्ण शक्ति को बहुत ही तेज करता है, मात्रा ३ माशा प्रातः ३ माशा सायंम दूध के साथ, मूल्य २) प्रति पाव नमूना १ छटांक ॥) हैं।

गोली पारा—पारा के गलास में दूध पीने से जो फायदे हैं, वह इस गोली को दूध में लटका कर पीने से हैं। यह गोली दूध में नहीं घुलती, एक प्रकार की विद्युत शक्ति उस में फूंक देती है, मुंह में रखने से ताकत बढ़ती है, स्तम्भन होता है दूध अपना पूरा असर इसी सूरत में दिखलाता है मुकव्वीवाह शफा सुरअत, प्रमेह, एहतलाम है, कीमत गोली बड़ा १) गोली छोटी ॥)

शक्रारि—पेशाब के साथ शक्र का आना इसी के वास्ते यह दवाई है, मूल्य ३० माशा ४), नमूना ७ माशा १) है ॥

प्रमेह नाशक—(औषधि ज्यावतीस) बीस प्रकार के प्रमेह को गुणकारी है, मूत्र के साथ कोई भी वस्तु आती हो, सब को दूर करती है, मूत्रातिसार का विशेष रूप से गुणकारी है, मूल्य ६४ गोली २) नमूना ≈)

अकसीर नं० १८ शिङ्गरफ भस्म—बाजी करण के लिये अनुपम मानी गई है, पट्ठों को असाधारण बल प्रदान करती है, नपुंसकता दूर करने की बलवान औषधि है, बूढ़ों को लाठी है, वातज व कफज रोग यथा, अङ्गवात, अर्दितवात, सन्धिवात, गुल्मवात कफज खांसी, मन्दाग्नि आदि को रामबाण है, शुद्ध रक्तोत्पन्न करके चेहरे को लाल करती है। मूल्य १ तोला १०) नमूना १ माशा १) शीत ऋतु में अवश्य सेवन करें, दर्जा खास १००) तोला है॥

अकसीर नं० १६, वंगभस्म दर्जा अव्वल—यह सदा सौ पुट से पहिले शुद्ध की जाती है, फिर भस्म की जाती है, चांदी भस्म भी इसके सामने कुछ नहीं है प्रमेह, मूत्रकृच्छ, सोजाक, कुर्रह को हित कर है, उत्तेजक है 'मर्द को वंग और घोड़े को तंग' की उक्ति इसी पर ठीक है। मूल्य १ तोला १०, ६ माशा ५), नमूना १॥ माशा

वंगभस्म सामान्य—कलई को साधारण रूप से शुद्ध करके बनाया जाता है, गुण लगभग वही हैं जो ऊपर वर्णन किए गए हैं, प्रभाव किञ्चित देर से होता है, मूल्य १ तोला २), ३ माशा ॥) मात्रा ३ रत्ती॥

वंगभस्म शार्ङ्गधरी—शुक्रमेह, सोमरोग, २० प्रकार के प्रमेह को विशेष रूप से हितकर है। मूल्य १ तोला ८), ३ माशा २)

अकसीर नं० २५ त्रिधातु भस्म—यह कलई सीसा, जस्त की मिश्रित अत्युत्तम स्वर्ण रंग की भस्म है। जो प्रदर, सोम, शुक्रमेह आदि को दूर करने, वीर्य्य को गाढ़ा करके प्राकृत बन्धेज उत्पन्न करने में विचित्र औषधि है। मूल्य १ तोला ४), ६ माशा २), नमूना १॥ माशा ॥)

अकसीर नं० २६ स्वर्णभस्म अव्वल दर्जा—पट्ठों को पुष्टि देती है, हृदय मस्तिष्क, यकृत्, वृक्कद्वय, मूत्राशय, जननेन्द्रिय, सब को बल प्रदान करती है। वीर्य्य वर्द्धक और उत्तेजक है घृत, दूध, पाचनकारी है। तीन माशा भी यदि एकबार खालो तो वर्षों की गई शक्ति पुनः आ जाय। शुक्रमेह शीघ्रपतन, स्वप्नदोष प्रमेह, धातु क्षीणता, नपुंसकता, स्मरणशक्ति तथा हृदय की निर्वलता, सब दूर हो। मूल्य १ तोला ८०) ३ माशा २०), नमूना ४ रत्ती ४)

स्वर्ण भस्म दर्जा दोयम—गुण वही हैं किंचित देर में प्रभाव होता है। सस्ती है, मूल्य १ तोला ४०), ६ माशा २०), १॥ माशा ५), ४ रत्ती २)

मूंगा भस्म—पित्त प्रकृति वाले धातु विकार में इस्तेां को दी जाती है सस्ती किन्तु बड़ी उत्तम औषधि है। पुरानी सिर पीड़ा मस्तिष्क की निर्वलता, नजला, प्रतिश्याम, रक्त वमन, रक्तपित्त को हितकर है। वीर्य्य को मुवरा। की गरमी का दूर करती है। मूल्य १ तोला ॥), ६ माशा। दर्जा अव्वल १) तोला है॥

संखिया भस्म (दर्जा खास)—यह भस्म विशेष रूप से वीर्य्य बल और उत्तेजना के लिये तैयार की गई है। १४ दिन के भीतर पर्य्याप्त बल आता है। और ४० दिन के भीतर तो रुकना कठिन होता है, इसके अतिरिक्त संपूर्ण बातज कफज रोगों को रामबाण है, बूढ़ों की सहायक है, उनको युवा बनाती है। मूल्य ३ माशा १२) १ माशा ४), नमूना २ रत्ती १) मात्रा खसखास से १ चावल तक॥

संखया भस्म—बातज सन्धिवात आर्दितवात, अर्द्धाङ्गवात कफज कास, कटिपीड़ादि को हितकर है, उत्तेजक है। मूल्य १ तोला ५) ६ माशा २॥), १॥ माशा ॥=)

चांदी भस्म—धातुक्षीणता स्वप्नदोष, शीघ्रपतन, हृदय, मस्तिष्क, आमाशय, की निर्बलता, नपुंसकता को हितकर है। प्रमेह हृदय की धड़कन को भी हितकर है। मूल्य १ तोला ८), ३ माशा २) नमूना १॥ माशा १)

फौलाद भस्म शिंगर्फी—यह भस्म फौलाद की शिंगरफ के द्वारा की जाता है। धातु रोग यथा शीघ्रपतन, वीर्य्यस्राव, शुक्रमेह को दूर करके उत्तेजना को बढ़ाती है, शुद्ध रक्तोत्पन्न करती है। यकृत को बल देती है, रंग की श्वेतता को दूर करती है, मूल्य १ तोला १॥) ३ माशा ।=)

फौलाद भस्म दर्जा खास—बड़ी वाजीकरण शुद्ध है रक्तोत्पन्न करके चेहरे को लाल करती है, नामर्द को मर्द बनाती है। मूल्य २०) तोला है॥

फौलाद भस्म (दर्जा अव्वल)—यह असली फौलाद की भस्म भी कई मासों में तयार होती है। बड़ी वाजीकरण है, शुद्ध रक्तोत्पन्न करके चेहरे को थोड़े ही दिनों में लाल करती है, पट्ठों को बल देती है, वीर्य्य सम्बन्धी रोगों को दूर करके नए सिरे से मर्द बनाती है, मूल्य १ तोला ५), ६ माशा २॥), १॥ माशा ॥=)

फौलाद भस्म—धातु क्षीणता, नाताकती, शीघ्रपतनादि को हितकर है, यकृत को बलदायक है, रंग को लाल करती है। मूल्य १ तोला २॥), ३ माशा ॥=)

लोह भस्म—यह उत्तम लोहे से सामान्य रूप से तैयार की जाती है। साधारण अवस्थाओं में बरती जाती है, मूल्य ॥) तोला ३ माशा =)

छिलका कुक्कटाण्ड भस्म—धातु जाना, स्त्रियों के श्वेत पानी का जाना, सोम, प्रसूत, शुक्रमेह को दूर करती है। शीघ्रपतन को बहुत हितकर है। बहुत बढ़िया बाजीकरण है। मूल्य १ तोला ३), ६ माशा १॥) रु०, १॥ माशा ।≈), स्त्री को खिलावें तो अक्षत योनी के सदृश करे, क्योंकि संकोचक है ॥

मण्डूर भस्म—यकृत रोग, कामला, पाण्डु रोग, जलोदर मूत्राशय की निर्बलता को हितकर है, और शीघ्रपतन को भी जब कि रोकने वाली शक्ति की निर्बलता के कारण से हो बहुत गुणकारी है। मूल्य १ तोला १॥), ३ माशा ।≈)

सीसा भस्म दर्जा अव्वल—यह पीत रंग की सीसा भस्म अत्युत्तम है, बाजीकरण है, वीर्य्य के सर्व रोगों को हितकर है, मूत्र कृच्छ्र और सोजाक, कुर्रह को भी हितकर है। उचित अनुपान से सर्व रोगों में दी जाती है। कफज रोग, खांसी, संग्रहणी, बवासीर, को दूर करती है। कामदेव की वृद्धि करती है। मूल्य १ तोला १०) ३ माशा २॥), १ माशा १)

सीसाभस्म—मूत्रकृच्छ्र के वास्ते हितकर है। कुर्रह को भी गुणकारी है। मूल्य १ तोला १॥), ३ माशा ।≈)

भस्म बंग व पारद मिश्रित—उत्पादन शक्ति को बढ़ावे है। शुक्रमेह, शीघ्रपतन स्वप्नदोष को गुणकारी है। २० प्रकार के प्रमेह, सोम रोगादि को दूर करती है। कुर्रह को भी हितकर है। मूल्य १ तोला ८), ३ माशा २), १॥ १)

ताम्र भस्म—बाजीकरण है, कफज व वातज रोगों का मूलच्छेद करता है, कंपवात आदि को दूर करता है, जलोदर को

हितकर है, मूल्य श्वेतरंग का ८) तोला, ३ माशा २), १॥ माशा १) और कृष्ण रंग २) रु० तोला ३ माशा ॥)

अनविध मोती (मुरवारीद नासुफ़्ता) भस्म—हृदय, यकृत, मस्तिष्क को बलदायक शीघ्रपतन, स्वप्नदोष, शुक्रमेहादि निवारक है। मूल्य ३०) रु० तोला। ३ माशा ८॥), २ रत्ती १।)

रस सिन्दूर—वैद्यक की प्रसिद्ध औषधि है। यह रसायन है, उत्तेजक है, इसकी वैद्यक ग्रन्थों में बड़ी प्रशंसा लिखी है, वभुक्षित पारा से तैयार कृत का मूल्य २०) तोला है, और शुद्ध पारद से तैयार कृत का मूल्य १०) तोला० शिंगरफ से निकाला हुआ पारा से तैयार कृत ५) रु० तोला है॥

चन्द्रोदय—यह एक प्रकार का रस सिन्धूर सोना मिश्रित होता है, सर्व औषधियों का राजा है, न केवल धातु सम्बन्धी सर्व रोगों की सर्वोत्तम औषधि है, वरञ्च उचित अनुपान से प्रत्येक रोग में वर्ता जाता है, कई घर इस से बस गए हैं, वभुक्षित पारा से तैयार कृत का मूल्य १००) रु० तोला, शुद्ध पारद से तैयार कृत २०) रु० तोला है॥

नोट:—एक २ भस्म कई प्रकार से तैयार की जाती है। बाज २ बीस २ प्रकार की तैयार हैं, किञ्चित् के नाम दिये हैं। अब अन्य भस्मों के नाम और गुण भी यहां ही लिख देते हैं।

अब पुरुषों के विशेष रोग सम्बन्धी तिला अंकित होते हैं।

तिला नं० १—कुछ सुगन्धी युक्त है, बूढों को भी प्रबल बना देता है, युवकों को विशेष रूप से लाभकारी है, हस्तकारों को और जो शौकिया बल बढ़ाना चाहें यह तिला हितकर है, नसों और पट्ठों को बल देता है, मूल्य ४ ड्राम ५) नमूना एक ड्राम १।)

तिला नं० ३, (तिलाय ...)—हस्तकारों को विशेष ... हितकर है, साधारण अवस्थाओं में बहुत गुण करता है, मूल्य ४ डराम १) रुपया, नमूना ≈)

तिला नं० ४, (तिलाय मासूमीन)—यह बड़ा प्रचण्ड है, चर्म का एक परत उतार देता है, परन्तु हस्तकारों की नसों पट्ठों को बहुत शीघ्र ठीक करता है, ४ दिन के सेवन से पर्याप्त बल आता है। परन्तु खाने को अच्छी औषधि भी लेनी हो। क्योंकि तिलाओं के सेवन के साथ यौगिक औषधि का सेवन होना आवश्यक है। निराश रोगियों को इससे लाभ हुआ है, शिथिलता, ध्वजभंग, नपुंसकता दूर करके पूरा बल प्रदान करता है, मूल्य २ डराम ३), नमूना ।।।)

तिला नं० ६ (लिंग वर्द्धक)—इसके लगाने से लिंगेंद्रिय बढ़ती है, और स्थूल होती है, मूल्य ४), आधी शीशी २), नमूना ।।)

तिला नं० ७ (उत्तेजनावर्द्धक) लेप—आवश्यकता से १ घन्टा प्रथम ½ माशा लगया जाता है, पूरा बल प्राप्त होता है, अधिकानन्ददायक भी हैं, जिसने एक बार भी आजमाया हैरान हुआ। मूल्य ५) तोला, ६ माशा ३।।), नमूना १ माशा ।।)

तिला नं० ८ [शादमानी आनन्द वर्द्धक)—इसकी प्रशंसा क्या करें, जिसने एक बार आजमाया इस पर मोहित हुआ, नितान्त आनन्ददायक, नितान्त सुगन्धित जहां हो महक आवे, एक चावल पर्याप्त है, पुरुष स्त्री के आनन्द की कोई सीमा नहीं है मूल्य १२) रुपया तोला, ३ माशा ३), नमूना १ माशा १≈)

तिला नं० ९ (आनन्ददायक)—बहुत सुखदायक है, दोनों को हितकर है, सच्चे हर्ष का हेतु है........को स्खलित करता है, मूल्य ३२ गोली २) रुपया, १६ गोली १, नमूना ।)

तिला नं० १० (उत्तेजक व स्तम्भक)—यह लेप न केवल उत्तेजक है, लम्बाई और स्थूलता देता है, वरंच स्तम्भक भी है, जो लोग बन्धेज की औषधि खाना पसन्द नहीं करते उनके काम की वस्तु है, मूल्य १) रु० १ तोला, नमूना ।) है ॥

तिला नं० ११—आनन्ददायक है, और बहुत गुणकारी है, गहरा प्रेम उत्पन्न करने का हेतु है, आनन्ददायक, तत्काल द्रावक है, मूल्य १), आधा ॥)

तिला नं० १२ तिलाइश्री—यद्यपि प्रचण्ड है, परन्तु पहिले ही दिन अपना बल दिखाता है, मूल्य २) शीशी, इससे कम नहीं ॥

तिला नं० १३ तिलायपिस्ता—उपर्युक्त गुण इस में भी हैं, मूल्य २) शीशी, इस से कम नहीं भेजा जाता ॥

स्त्रियों तथा बालकों सम्बन्धी किंचित औषधियां ॥

प्रदरान्तक लोह—किसी प्रकार का प्रदर हो, लाल, पीत, श्वेत, इस से दूर होता है। कटि पीड़ा, सोम रोग आदि का हितकर है, मासिक धर्म का अधिकता, पीड़ा, दे[illegible] सब दूर करता है, मूल्य ३२ गोली १), नमूना ।)

ऋतुस्रावक (अर्क मुदिर हैज)—ऋतुस्राव का कम होना, वा न आना, वेदना सहित आना, और तत्सम्बन्धी सर्व रोगों को दूर करके ऋतु को खोलता है, और बल प्रदान करता है। स्त्रियों के लिए टानिक औषधि है, मूल्य ८ औंस २), नमूना १ औंस ॥)

ऋतुस्रावकवटी. (हबूब मुदिर्रहैज़)—बाज़ स्त्रियों के लिये पेय औषध का सेवन करना कठिन होता है, उन के वास्ते यह गोलियां तैयार की गई हैं। यह आर्तव के खोलने और पीड़ादि मारने में प्रायः वैसा ही प्रभाव रखती हैं। मूल्य ३० गोली २) रु० नमूना।)

ऋतुस्रावक वर्ति—ऋतुस्रावक औषधियों के साथ यह वर्ति भी वर्तने से बहुत सहायता मिलती है, रज शीघ्र प्रवाहित होता है............में गोली रक्खी जाती है, मू० २) रु० अर्द्ध १) है॥

श्वेत प्रदरौषधि—स्त्रियों को जो श्वेत पानी जाता है, जिस को ल्यूकोरिया, श्वेत प्रदर, जिरयामुलरहम, सेलानेरतूबतज़ना, सोमरोगादि भी कहते हैं। चाहे किसी प्रकार का और किसी दर्जा का हो, इस से आराम आजाता है। मू० २४ मात्रा १), नमूना ८ मात्रा ।||) साधारण अवस्थाओं में ८ मात्रा ही पर्य्याप्त हैं॥

कुक्कटाण्ड छिलका भस्म—शुक्रमेह, श्वेत प्रदर दोनों को हितकर हैं। बाज़ी स्त्रियों को विशेष समय पर पानी बहुत आता है, उस के वास्ते विशेष रूप से हितकर है (थोड़ी भिन्न स्त्री को खिलावें, तो अक्षत योनि के तुल्य करती है। मू० ३) रुपये तोला। ६ माशा १||), नमूना ३ माशा ।=)

गर्भ चिन्तामणि रस—गर्भिणी के सर्व रोग, ज्वर, कास, अजीर्ण, शोथ, जी मतलाना, वमन, अतिसार, उदरशूल, शोथादि को लाभ करती है, गर्भिणी की कोई भी व्याधि हो, इस से लाभ होता है, ।स्मरण रहे कि गर्भ की वमन के वास्ते अमृतधारा भी अति हितकर है। मूल्य ३२ गोली २) रुपया। नमूना ४ गोली।)

मोतीपाक (माजून मरवारीद)—जिन स्त्रियों का गर्भपात हो

आता है, उन को जब गर्भ का पता लगे तो उसी समय इस औषधि को आरम्भ करके प्रथम तो पूरे दिनों तक अन्यथा उस मास के अन्त तक जिस में गर्भ गिरता है, इस औषधि को खाना चाहिये, अक्सीर है, न केवल गर्भ रक्षा करती है, अपितु तालक व प्रसूतः को कई रोगों से सुरक्षित रखती है। मू० १ पाव १०) रुपया ॥

मीठा फल, या नियामत उजमा चमत्कारिक औषधि—यह एक विचित्र, संसार को अचम्भे में डालने वाली औषधि है। जब गर्भ होजावे तो दो मास के पश्चात तीसरे मास जबकि अंग बनते हैं। इस की केवल १ दिन ३ गोली दूध से खिलाई जाती हैं। अचिन्त्य प्रभाव से यह ऐसा करती है, कि पुत्र ही उत्पन्न होता है। चाहे गर्भ के भीतर पुत्र हो या पुत्री। जिस के पुत्रियां ही उत्पन्न होती हैं उन के वास्ते विशेष रूप से ईश्वरीयदान है। इस के साथ यह प्रतिज्ञा होती है, कि यदि कन्या उत्पन्न हो तो मूल्य वापस कर दिया जायगा यह प्रतिज्ञा इस लिये है कि नई बात होने से कई लोग विश्वास नहीं करेंगे और १०) व्यय करने से झिझकते हैं। मू० १०)

रक्त स्तम्भक—जब रक्त मासिक के इलावा जारी हो तो इस दवाई के तीन दिन के सेवन से बंद होगा, मात्रा १ दिन की २),

प्रसूत बटी—स्त्रियों के प्रसूत काल के पश्चात कभी असावधानी से ज्वर का रोग आरम्भ हो जाता है, जिस से बहुत समय तक कष्ट उठाना पड़ता है, यह गोलियां इस रोग को दूर करने के वास्ते अक्सीर हैं, मूल्य ३२ गोली २) है, नमूना ४ गोली ।) है ॥

हिस्टीरिया (इखतिनाकुल रहम) की दवाई—स्त्रियों के इस रोग को अद्भुत औषधि है, मूल्य ६४ गोली ४) नमूना १६ गोली १)

अठरा की औषधि, (ब्रह्मपुत्र रस)—कतिपय स्त्रियों के संतान होकर मर जाती है। जिस को अठरा या सूखिया मसान कहते हैं। गर्भाधान से लेकर पूरे दिनों तक और कुछ मास पश्चात् तक इन गोलियों को सायम प्रातः खिलाया जाता है, और ईश्वर की कृपा से बालक जीता रहता है। मूल्य ७०० गोली १०) रुपया॥

दाया[illegible]—यह औषधि प्रसूत समय देने से स्त्री सुगमता से बालक जनती है। रक्त कम यथावश्यक जाता है। प्रसव के पश्चात् होने वाले रोग दूर होते हैं। मूल्य १॥), नमूना ॥)

सुखजनाई—इस औषध को केवल कटि पर बांधने से बालक सुगमता से उत्पन्न होता है। मूल्य १ रुपया, जो एक बार को पर्याप्त है॥

नारी रोगारि उष्ण—यह औषधि स्त्रियों के अनेक रोगों को गुणकारी है, और उनको बलदायक टानिक है। जो स्त्रियां निर्बल हों, दिनों दिन भोग इच्छा नष्ट होती जावे, प्रसूत के कारण कोई खराबी हो, निर्बल हों, यह दवाई गुण करती है। मूल्य ४० गोली ३), नमूना १० गोली ॥), यह कफज वातज प्रकृति स्त्रियों के लिए है॥

नारी रोगारि शीत—इसके भी उपर्युक्त गुण हैं, और पित्त प्रकृति स्त्रियों के लिये हैं। मात्रा ६ माशा, मूल्य ४० खुराक ३) रुपया, नमूना १० खुराक ॥),

[illegible] सुख—स्तनों को ढलकने से बचाता है, और ढलके हुए को प्रकृत अवस्था पर लाता, और कठोर व दृढ़ करता है, भद्दे स्तन स्त्री के लिये दुखदाई हो जातेहैं। मूल्य ४), नमूना १),

गोदर्भरी—जब कि पुरुष का वीर्य ठीक हो, यह गोलियां स्त्री को ऋतु स्नान पश्चात् खिलाई जाती हैं, और एक दवाई भीतर रक्खी जाती है। प्रथम तो प्रथम ही मास, अन्यथा अधिक से अधिक चौथे मास के भीतर ईश्वर की कृपा से गर्भ स्थित हो जाता है। मूल्य दोनों औषधियों का ४ मास के वास्ते ५) है॥

बाल रोग चूर्ण—बालकों के प्रायः रोग या अजीर्ण, अतिसार, ज्वर खांसी आदि को हितकर है। प्रत्येक बालकों वाले गृह में रखना चाहिये। मूल्य ॥), नमूना ≈)

बालकों के डब्बा रोग की औषधि—बालकों के डब्बा अर्थात् पसली रोग के वास्ते यह औषधि रसायन अर्थात् अतीव गुणकारी है। मूल्य १ तोला ५) रुपये, २ माशा १)

शिशुरक्षक,—(अकसीर बचगान)—यह बालकों के वास्ते टानिक औषधि है। मन्दाग्नि, कोष्ठबद्धता, हरे पीले दस्तों का आना, ज्वर, तृषा, कृशता, बालक का सूखते जाना, और सदैव रुग्ण रहना, पित्ताधिकता, सब दूर होते हैं। मूल्य ६४ गोली १), नमूना ८ गोली ≈)

बालग्रह (मृगी) की औषधि—यह रोग प्राय बालकों को ही आता है, बड़ा दुष्ट रोग है. ईश्वर इससे रक्षा करे। प्रायः बालक मर जाता है, इस औषधि से प्रायः १४ दिन में अराम आता है। मूल्य १४ गोली १)

फूला फली—यह सूखिया मसान की विचित्र औषधि है। इस को केवल कटि पर मला जाता है, और वहां से महीन २ कृमि निकलते हैं, वही रोग का कारण होते हैं। भीतर से सब कृमि निकल जाते हैं, वह बालक जो प्रति दिन सूख रहा था, हड्डियां ही हड्डियां

दिखाई देती थीं, अब प्रफुल्लित होना आरम्भ होता है। मूल्य धनवानों से १००) साधारण से ५) निर्धनों से १) रुपया ॥

बालविरेचन—बच्चों के प्रायः रोग कोष्ठबद्धता से आरम्भ होते हैं, और यदि उचित कोमल ऐसी औषधि दी जाय जिस से खुल कर सुख पूर्वक दस्त हो जाय, तो बड़ी जल्दी आराम पाता है, यह गोलियां एक दो माता के दूध के संग देने से एक दो दस्त बड़ी सुगमता हो जाते हैं। मूल्य २४ गोली १), नमूना ८ गोली ≈)

काली खांसी दूर—बालकों के वास्ते यह गोलियां बहुत गुण कारी हैं, थोडे दिनों में ही लाभ होता है, मूल्य १६ गोली ॥)

उपदंश औषधियां ॥

उपदंश की औषधि—उपदंश कठिन रोग है। यदि बेपरवाही की जाय, तो पीढ़ियों तक पीछा नहीं छोड़ता। उपदंश नर तथा मादीन के भेद से दो प्रकार का होता है। नर में गहरे घाव केवल लिंग पर होते है। मादीन का विष रक्त में प्रविष्ट हो जाता है, और शरीर फूट पड़ता है। इसका पहला घाव साधारण होता है, इस के तीन दर्जे होते हैं, पहले दर्जे में घाव केवल लिंग पर होता है। दूसरे में शरीर पर काले दाग, ताम्र रंग की फुन्सियां और छोटे २ घाव आदि निकलते हैं। तीसरे दर्जे में हड्डी तक प्रभाव चला जाता है। बड़े २ घाव कुष्टवत होते हैं। उपदंश के वास्ते कई औषधियां तैयार रहती हैं। साधारण रूप से यह हैं, अपनी अवस्थानुसार मंगालें, या हम वृत्तान्त आने पर स्वयम निश्चित करके भेज देते हैं:—

उपदंश औषधि नं० २—यह उपदंश के तीनों दर्जों नर व

मादीन के वास्ते हितकर। पैतृक उपदंश के वास्ते भी हितकर है। मूल्य ४) रुपया, अर्ध औषधि २) रुपया॥

उपदंश औषधि नं १३—उपदंश नर तथा मादीन को १४ दिन में आराम करती है। अव्वल दर्जे को अकसीर है, दूसरे दर्जे में भी गुणकारी है। मूल्य ६० गोली ४) रु०, ३० गोली १) रुपया॥

उपदंश औषधि नं० १४—इस से २० या अधिक से अधिक ४० दिन के भीतर आराम आता है, केवल एक बूटी है। दर्जा अव्वल में अद्वितीय है। मूल्य ४० गोली ४) रुपया, २० गोली २)

उपदंश औषधि नं० १५, (धूम्रपान)—यह टिकिया हैं, दिन में तीन बार चिलम में रख कर हुक्का की तरह पीने से उपदंश नर, मादीन, प्रथमावस्था के घाव, चाहे कैसे ही गहरे हों, अच्छे हो जाते हैं। कण्ठमाला को भी हितकर है। आन्तरिक घाव किसी प्रकार का हो, इस के पान करने से अच्छा हो जाता है। तीक्ष्ण अवश्य है, परन्तु अद्भुत औषधि है। कोमल स्वभाव वालों को सेवन नहीं करनी चाहिए। आराम तीन दिन में ही आता है। मूल्य ९ टिकिया २) रुपया॥

उपदंश औषधि नं० १६, (उपदंश विरेचन)—जब कि रोग जीर्ण हो चुका हो, या ऐसा दुःसाध्य हो, कि आराम न आता हो तो पहिले जुलाब लेना उचित होता है। यह औषधि ३ माशा या अधिक से अधिक ६ माशा खिलाई जाती है। इस से उचितविरेचन होकर उपदंश का विष निकल जाता है। जिस को आसौज, कार्तिक, या चैत्र फाल्गुन में, उपदंश के फूटने का भय हो, वह ऋतु के आरम्भ में यह विरेचन लेलें। मूल्य ६ माशा १) रुपया॥

नोटः—भस्में जो उपदंश में वर्ती जाती हैं यह हैं:—संखिया भस्म, दारचिकना, रसकपूर मिश्रित या अलग, पारदभस्म, तुत्थभस्म, इत्यादि ॥

सारसारिष्ट मिश्रित—बहुत सी वैद्यक औषधियों का संग्रह है, उपदंश द्वितीय, तृतीय दर्जे में हितकर है। फोड़ा फुन्सी, दाग चंबल दाद, कृष्णदाग, ताम्र वर्ण धब्बड़, खुजली आदि को दूर करके शरीर को कुन्दनवत करता है। उन सब रोगों में जिन में विलायती सारसप-रीला वर्ता जाता है, यह अधिक गुणकारी प्रमाणित होगा। मधुमेह, प्रमेह का हितकर है। प्रमेह के पश्चात् जो कारबालक भयंकर फोड़े (प्रमेह पिड़िका) निकलते हैं, उनको भी हितकर है। बात रक्त, भगन्दर को गुणकारी है। उत्तेजक और सुखदायक है। मूल्य १ बोतल २), उपदंश द्वितीय व तृतीय दर्जे में विशेष लाभदायक बनाने के लिये उसको मिश्रित किया जाता है। उपदंश का विष बैठ जाने से जब कोई न कोई रोग होता रहता है, फोड़ा फुन्सी आदि निकलते रहते हैं। तो इस को सेवन करना चाहिए। कण्ठमाला, सन्धिवात, और उपदंश को भी हितकर है। मूल्य फी शीशी ३ औन्स २) रुपया, नमूना ।=)

सोज़ाक की औषधियां

सोज़ाक में पहिले जलन व पीड़ा होती है, नितान्त कष्ट होता है, दूसरे दर्जे में पीव आनी आरम्भ होती है, कुरह होजाता है, जलन धीरे २ बंद होजाती है, और केवल पीप जाती है, वा तार से निकलते हैं, इस से बढ़ जावे तो तीसरे दर्जे में मूत्रावरोध होजाता है, मूत्र की नाली संकीर्ण होजाती है, कभी २ मूत्र रुक जाता है, तीसरे दर्जे में पहुंचा हुआ बड़ी कठिता से दूर हो सकता है, और

जीण हो जावे तो जाता ही नहीं, सोज़ाक के वास्ते भी बहुत सी ओषधियां तैयार रहती हैं, अवस्थानुसार दी जाती हैं, साधारणतयः निम्न लिखित हैं—:

सोज़ाक औषधि नं० १—प्रथम दर्जे में अकसीर का काम देती है, २४ घण्टे के भीतर जलन दूर होती है, कष्ट कम होजाता है, थोड़े दिनों में पूर्ण लाभ होता है, यदि पीब भी हो और जलन भी साथ हो, तो इस को खाकर पहिले जलन दूर करनी चाहिए। मूल्य ४ डराम १) नमूना ॥)

सोज़ाक औषधि नं० २—बड़े ही तजुरबों के पश्चात् हमारा स्वयम् निर्माण कृत योग अकसीर सोज़ाक व कुर्रह है, जो कि सोज़ाक की प्रत्येक अवस्था में गुणकारी है, दाह भी हो, दोनों मिले हुए हों, सब को अकसीर अचूक औषधि है, शुक्रमेहादि, को हितकर है, मूल्य ६० गोली ४), नमूना १५ गोली (७ दिन के वास्ते) १) रुपया

अकसीर दमा व कुर्रह—यह औषधि केवल कुर्रह अर्थात् पीब जाने पर दी जाती है, एक ही दिन के भीतर पीब बन्द होनी आरम्भ होती है, इस के अतिरिक्त उपदंश को हितकर है, इस वास्ते जब सोज़ाक व उपदंश एक साथ हो तब भी हितकर है, दमा खांसी आदि रोगों को दूर करती है, मूल्य २), नमूना ।)

संग तोड़—पथरी, कंकरी, मूत्राशय ग्रंथि के लिए अकसीर है, मूल्य ६ माशा २) शीशी॥

नोट—भस्मों में से सीप भस्म, संगजराहतभस्म, जहरमोहराभस्म, फिटकरीभस्म, मोतीभस्म, और पारदादि हितकर हैं॥

बवासीर की औषधियां

यूं तो बवासीर ६ प्रकार की होती है, परन्तु बड़े दो हो भेद हैं, रक्तार्श वा वातार्श. कभी पैतृक भी होती है, जो कष्टसाध्य है, साधारणतः निम्न लिखित औषधियां हैः—

अर्शौषधि नं० ३—यह खूनी व बादी दोनों को हितकर है और साधारणतयः इस से आराम आजाता है, मूल्य ४० गोली २)

अर्शौषधि नं० ५—जब बवासीर के कारण अति कष्ट हो दाहादि से रोगी व्याकुल हो, यह औषधि शांति देती है, जैसे अग्नि पर पानी। मूल्य १) नमूना ।)

अर्शौषधि नं० ७—यह विशेष कर रक्तार्श को लाभ दायक है, ७ दिन के भीतर रक्त बन्द होता है, और २-३ सप्ताह में पूरा आराम होता है। मूल्य ४० गोली २) रुपया, नमूना ।)

अर्शौषधि नं० ९, (अकसीर बवासीर व शीघ्रपतन)— यह औषधि बलवर्द्धक, शीघ्रपतन, स्वप्नदोष, शुक्रमेहादि को लाभ दायक है, विशेषकर रक्तार्श के लिए, मूल्य ३० गोली ५), ६ गोली १) रुपया ॥

अर्श कुठार रस—जब अर्श के साथ इतनी कोष्ठबद्धता हो, कि कभी ठीक उतरता ही न हो, तो पहिले एक विरेचन देनी बहुत हितकर होती है, यह एक अर्श विरेचन है, खूब दस्त होते हैं, और प्रथम दिन से ही बवासीर को आराम मालूम होता है। मूल्य १६ गोली १) रुपया ॥

रक्तारसम—यह रक्तार्श और रक्तातिसार को गुणकारी है गोली खाते ही अर्श रोग भाग जाते हैं, अर्श या एक वटी दही से खाते ही रक्त बन्द हो जाता है, अनारदाना के पानी से रक्तातिसार दूर होते हैं, मूल्य १६ गोली १) नमूना ४ वटी ।)

नोट—इनके अतिरिक्त चन्द्रप्रभावटी, अकसीर नं० ३३, कामी विलास रसादि वर्णन हो चुके हैं ॥

प्लीहोदरौषधियां

मैलेरिया ज्वर अधिक देर रहने से तिल्ली बढ़ जाती है, और मैलेरिया चिरकाल तक बना रहता है, फिर ज्वर हट जाने से भी तिल्ली बनी रहती है, कभी उदर की अन्य खराबियों से तिल्ली बढ़ती है, निम्न लिखित औषधियां लाभ देते हैं:—

प्लीहोदरौषधि नं० २—यह औषधि उस समय दी जाती है, कि आमाशय निर्बल हो, तिल्ली साधारणतः बड़ी हो, क्षुधा कम लगती हो, मात्रा ६ गोली नित्य । २४० गोली २), नमूना ।)

प्लीहोदरौषधि नं० ३—पौष्टिक है, चेहरे को शीघ्र लाल करती है, बल को बढ़ाता है, अग्नि सन्दीपन है, मैलेरिया के पुराने कीटाणु दूर होते हैं, सब प्रकार की तिल्ली दूर होती है, मात्रा २ रत्ती, मूल्य ६ माशा ४) रुपया, १॥ माशा १) रुपया ॥

प्लीहोदरौषधि नं० ५—जब कि प्लीहा के साथ कोष्ठबद्धता हो, या तिल्ली बहुत ही पुरानी और बढ़ी हुई हो, तो यह औषधि गुणदायक है, उपरोक्त किसी भी औषधि के खाते समय इस औषधि को जारी रक्खा जावे, रात्रि को सोते समय एक गोली

खाने से प्रातः खुलकर शौच आएगा, और तिल्ली कम होती होती जावेगी। मूल्य ६० गोली १) रुपया, नमूना चार आने॥

प्लीहोदरौषधि नं० ६—यह प्लीहा को उस दशा में विशेष रूप से हितकर है, जब कि ज्वर भी साथ हो, या कभी २ हो जाता हो, पाण्डु को दूर करती है, शरीर को बल देती है, मूल्य २), नमूना।)

उदर रोगों की औषधियां

अकसीर हाजमा—अमाशय सम्बन्धी सर्व रोगों की अचूक औषधि है, आहार पच कर पूरा बल प्रदान करता है, खाया पिया सब पच जाता है, क्षुधा बढ़ती है, आज कल के दिनों में जब कि पक्वाशय सम्बन्धी व्याधियां बहुत बढ़ी हुई हैं, लगभग सब अमीर मन्दाग्नि ग्रस्त दिखाई देते हैं, यह औषधि प्रसाद प्रमाणित होगा मूल्य ६० गोली २) रुपया, ३० गोली १, नमूना।)

पाचक चूर्ण—उदर पीड़ा, गुड़गुड़ाहट, वमन, विषूचिका, अतिसारादि, रोगों को हितकर है, पाचन शक्ति खूब बढ़ती है, अन्य पाचक चूर्ण इस के सन्मुख तुच्छ हैं, मूल्य २), नमूना।)

पाचनवटी—शूल, पेट की बादी, गुड़गुड़ाहट को हितकर, क्षुधावर्द्धक है, कोष्ठबद्धता को दूर करती है प्रत्येक घर में बर्तना चाहिए, मूल्य ६४ गोली १), नमूना ८ गोली ≈)

प्राणदाता, (विषूचिका की अकसीर औषधि)—अमृतधारा भी विषूचिका के वास्ते अमृत है, तथापि ऐसे भयंकर रोग के वास्ते किंचित अन्य औषधियां भी हमेशा तैयार रखनी चाहिए, यह हमारी अनुभूत औषधि है, और ५ घण्टे के भीतर ही

इस से प्राय: आराम आजाता है, वमन विरेचन बन्द होकर ज्वर दूर हो जाता है। मूल्य १५ गोली १) रुपया, सदैव पास रक्खो ॥

रेचक वटी (गोली जुलाब)—यह गोलियां जुलाब के लिए अनुपम हैं एक दो गोली रात को सोते समय खाने से प्रात: समय खुल कर शौच हो जाता है, एक दस्त आता है, कोई कष्ट नहीं होता, शरीर सुखमय हो जाता है। १०-१२ गोलियां खाने से ८दस जुलाब खुलकर हो जाते हैं, तीनों दोषों के वेग को दूर करती है। मूल्य १०० गोली १), नमूना १२ गोली =)

आराम जान—जब सतत कोष्टवद्धता होती है, तो उस से नाना प्रकार के रोग उत्पन्न होते हैं, और प्राण व्याकुल होते हैं, यदि विरेचन वटी खावें, तो उस दिन विरेचन हो जाता है, परन्तु अगले दिन और भी कोष्टवद्धता बढ़ जाती है, और इस प्रकार यह क्रम बढ़ता जाता है, यह गोलियां बहुत ही सोच विचार के पश्चात् तय्यार की गई हैं, इन से विरेचन नहीं होता, केवल शौच खुल कर आता है, और प्रति दिन खाने से अन्त्रियों का बल बढ़कर सतत कोष्टवद्धता दूर हो जाती है, और दूसरी औषधियों की तरह आगामी कोष्टवद्धता बढ़ती नहीं है, एक और उत्तमता यह है, कि इस में एक औषधि बलवर्धक सम्मिलित की गई है, जिस से यह शुक्र रोगियों को जब कि उनको कोष्टवद्धता भी साथ हो, दूसरी किसी पौष्टिक औषधि के साथ २ बहुत गुणकारी होती है, मात्रा एक या दो गोली, गर्म पानी या गर्म दूध से, मूल्य ३२ गोली १) रुपया, १६ गोली ॥)

गन्धार रस—कठिन से कठिन और जीर्ण से जीर्ण अतिसार, मरोड़, संग्रहणी आदि थोड़े दिनों में दूर। प्राय: एक ही मात्रा से अतिसार मरोड़ादि को आराम आता है, विषूचिका के वमन विरेचन

को आराम होता है, अतिसार व मरोड़ के वास्ते ऐसी हितकर अन्य औषधि न होगी। मूल्य १), नमूना ≈)

शूलवटी—यह गोलियां सब प्रकार का उदरशूल यहां तक कि परिणाम शूल को भी हित कर है. घरों में प्रायः उदरशूल रोग हो आया करता है, इन गोलियों का रखना अच्छा है। मूल्य ६० गोली १) ३० गोली ॥) १५ गोली ।)

हयात अफ़ज़ा—हृदय की निर्बलता और धड़कन के वास्ते अनुपम औषधि है, २८ दिन में आराम पाता है। २८ दिन की मात्रा का मूल्य २) रुपया, नमूना ।≈)

नोट:—चांदी भस्म, संग यशब भस्म, भी हृदय के लिए बड़ी हितकर हैं। भस्मों के वर्णन में देखो॥

मण्डूर वटिका—कामला, श्वेतवर्णता, पांडु रोग, यकृत की निर्बलता के वास्ते रामबाण है, शुद्ध रक्त उत्पन्न होकर रंग लाल होता है. वैद्यक की प्रसिद्ध औषधि है. मूल्य १६ गोली १) रुपया॥

रसाभ्रमण्डूर—उपर्युक्त गुण हैं इसके अतिरिक्त शोथ को हित-कर है। मूल्य १ तोला ~), ३ माशा ॥)

शोथ नाशक विरेचन—जब कि शोथ पांव या पेटादि पर हो, उस समय रसाभ्रमण्डूर या अमृतधारा की औषधि सेवन की जाय. उसके साथ यह विरेचन सेवन करना चाहिए, रात्रि को १-२ गोलि-यां खाने से प्रातः खुलकर शौच होता है, और शोथ उतरता जाता है। मूल्य ६४ गोली १, नमूना ≈)

नेत्र रोग सम्बन्धी पेटन्ट औषधियां ॥

सुरमा नं० १—यह सुरमा दैनिक सेवन के वास्ते है, नेत्रों को प्राय: रोगों से सुरक्षित रखता है, दृष्टि स्थिर रखता है, और शीतलता प्रदान करता है। मूल्य १ तोला ॥) नमूना केवल ≈)

सुरमा नं० २—नेत्र रोग यथा पानी जाना, धुन्ध, नया फोला, जाला, कुकरे, पड़वाल आदि को दूर करता है। मूल्य १ तोला ।॥), नमूना ≈)॥

सुरमा नं० ३—यह सुरमा फोला के वास्ते विशेष रूप से हितकर। धुन्ध, जाला, ककरा आदि को बहुत शीघ्र दूर करता है। मूल्य ८) रुपये तोला, ६ माशा ४), नमूना १)

सुरमा नं० ४—पड़वालों के लिये विशेष रूप से हितकर है। पड़वालों को उखाड़ २ कर लगाया जाता है, तो फिर नहीं उगते। मूल्य ५) रुपये तोला, ६ माशा २), नमूना ३ माशा १)

सुरमा नं० ५ मोतियाबिन्द—इस से मोतियाबिन्द, पानी उतरना, बन्द होता है। प्राय: २ मास में पूर्ण लाभ होता है। मूल्य ८) रुपये तोला, ३ माशा २), नमूना १ माशा ॥≈)

भीमसेनी कर्पूर—वैद्यक का प्रसिद्ध योग है। नेत्र के सब रोगों को दूर करता है। ढलका, शोथ, पीड़ा, गरमी, दाह खुजली, धुन्ध, जाला, पानी बहना, ढलकों सब दूर होती है। तन्दुरुस्त दशा का दृष्टि शक्ति वर्धक है। इसके अतिरिक्त और बहुत से काम आता है। उत्तेजक और बल वर्धक दि औषधियों में पड़ता है। उचित तो यह है, कि जहां किसी योग में कपूर लिखा हो, वहां इसको डालें, तभी वह योग पूरा लाभ देगा। मूल्य १५) रुपये तोला, ३ माशा ३॥), १ माशा १।)

नूराञ्जन—यह सुरमा अत्यन्त दृष्टि शक्ति वर्द्धक है। विद्यार्थी, क्लर्कादि यदि इसका सेवन रक्खें, तो कभी नेत्र निर्बल न होगा, और न कभी ऐनक की आवश्यक होगी, दृष्टि क्षीणता के वास्ते इसके समान कोई औषधि न होगी। २ सप्ताह के सेवन के पश्चात ही ऐसा ज्ञात होता है, कि नई शक्ति आगई है। मूल्य २०) रुपये तोला, ३ माशा ५) रुपये, नमूना ६ रत्ती १।) रुपया॥

कर्ण तैल—कर्ण रोग यथा दर्द, पीव घाव, कानों में साएं २ आदि शब्द आना, श्रवण शक्ति हीनता को हितकर है। मूल्य २ डराम १ रुपया, नमूना।)

कर्ण पीड़ा नाशक—कर्ण पीड़ा के वास्ते यह कर्ण रोग औषधि अद्वितीय है। एक दो बून्दें भीतर जाते ही आराम आजाता है। मूल्य ४ डराम १) रुपया, नमूना १ डराम।)

बधिर नाशक—इसको कानों में डालते रहने से बहरापन दूर होता है। यदि पीवादि भी जाती हो तो पहिले कर्ण तैल डालकर उस को दूर कर लेना चाहिए। मूल्य १ औंस २), नमूना २ डराम ॥)

नासा रोग सम्बन्धी पेटन्ट औषधियां॥

अनुपम नस्य—यह निसोवर अद्वितीय है, जो सदैव पास रखने योग्य है। इस निस्वार के देते ही शिरवेदना, आधा शीशी, दाढ़ दर्द, कर्ण पीड़ा, नेत्रपीड़ा, प्रतिश्यायादि दूर होते हैं, मृगी, सन्निपात तक को हितकर है। मूल्य १) तोला, नमूना।), इस से छींक कभी आती है, कभी नहीं आती॥

नस्य छींक—इसके लेने से छींकें खूब आती हैं। नजला,

जुक, को दूर करती हैं, शिर वेदन जो प्रतिश्याय वाकी दोष से ही बन्द होती है। मूल्य १ शीशी १, नमूना ≈)

मस्तिष्क कृमि नाशक नस्य—इस निसवार के लेने से कृमि थोड़े दिनों में गिर जाते हैं। मूल्य ॥) की शीशी ॥

नकसीर की औषधि—चाहे कितनी देर से नकसीर आती हो, इसके कुछ दिन नाक में डालने से बन्द हो जाती है। मूल्य ॥)

कफकेशु रस—इस के खाने से नजला, जुकाम, कफज खांसी को तत्काल आराम आता है, जब नजला के जुकाम का वेग हो १-२ गोलियां अर्क गावजुबान से खाले, और कफज रोगों में लाभदायक है ॥ मूल्य ३२ गोली १), नमूना ८ गोली ।)

दन्त रोग सम्बन्धी पेटन्ट औषधियां

मञ्जन नं० १—दन्त रोगों यथा रक्त स्राव, पानी निकलना, पानी लगना, दन्त पीड़ा, मुख दुर्गन्ध, को हितकर है, दांतों को स्वच्छ करता है, मूल्य ।) नमूना -)

मञ्जन नं० २—विशेषकर दांतों को सफाई के लिए बनाया गया है, इस के मलते रहने से दंत मोतियों के समान चमकने लगते हैं, जिन के टारटर (मल) जम गया हो, वह उसे उतार कर मलते रहें तो फिर न जमेगा, मूल्य ।) नमूना -)

मञ्जन नं० ३ कारबालिक—यह मञ्जन अंगरेजी प्रकार का है, रंग गुलाबी, कारबालिक टूथ पोडर है दन्त कृमि नाशक है, दांतों को स्वच्छ करता है, जो विलायती मञ्जन को पसन्द करते हैं, वह इस को सेवन करें, मूल्य), नमूना -)

प्रत्येक मनुष्य के पढ़ने योग्य अति हितकर व आवश्यक वैद्यक पुस्तकें।

कविविनोद वैद्यभूषण पं० ठाकुरदत्त शर्म्मा वैद्य आविष्कर्त्ता 'अमृतधारा' लाहौर रचित।

प्लेग प्रतिबन्धक—ताऊन के विषय में वैद्यों, हकीमों व डाक्टरों ने आज तक जितना अनुसंधान किया है, सब इसमें अंकित है, स्वास्थ्य रक्षा के प्रत्येक नियम और प्रत्येक औषधि का सविस्तर वर्णन है, इस को पढ़ कर किसी अन्य पुस्तक के देखने की आवश्यकता नहीं रहती, मूल्य ॥=), उर्दू ।≡)॥

ऋतुचर्य्या—हमारे देश में ६ ऋतु होती हैं, वसन्त, ग्रीष्म, वर्षा, शरद, हेमन्त और शिशिर ऋतु, इनका सविस्तर वर्णन इन ऋतुओं का मनुष्य पर प्रभाव, इनके अनुसार रहन सहन, खाने, पीने, पहिनने, और गृहस्थ के नियम ऐसी उत्तमता से वर्णन किए हैं, कि प्रत्येक मनुष्य भली भांति लाभ उठा सकता है, प्रत्येक ऋतु में होने वाले रोगों का वर्णन, व इलाज भी साथ २ दिया है, इसके अतिरिक्त प्रत्येक ऋतु में होने वाले, फल भाजियों के गुण वर्णन किए हैं, मूल्य १)

अन्य पुस्तकों का नाम तथा मूल्य

शिशु पालन मूल्य प्रति जिल्द १), उर्दू ॥|=) कोष्टबद्धता मूल्य साढे बारह आना, उर्दू ॥=) शीघ्रपतन मूल्य ।-)॥, उर्दू ।-)॥ सोजाक का वर्णन मूल्य प्रति जिल्द ॥|), दोषज्ञान मूल्य प्रति जिल्द ॥|), उर्दू ॥|। शीतला का वर्णन मूल्य प्रति जिल्द १) उर्दू ॥|) मलेरिया ज्वर का वर्णन मूल्य प्रति जिल्द ॥=), उर्दू ।/)॥ वीर्य्य का वर्णन मूल्य प्रति जिल्द ॥=), उर्दू ।=)॥ क्या हम लड़का लड़की इच्छानुसार उत्पन्न कर सकते हैं, मूल्य ।)॥ हिस्टीरिया का वर्णन मूल्य ॥) युद्ध ज्वर या इनफ्लूएनजा मूल्य केवल ॥) ब्राह्मी मूल्य /) प्रसूत काल मूल्य ।=)

मिलने का पता—अमृतधारा लाहौर